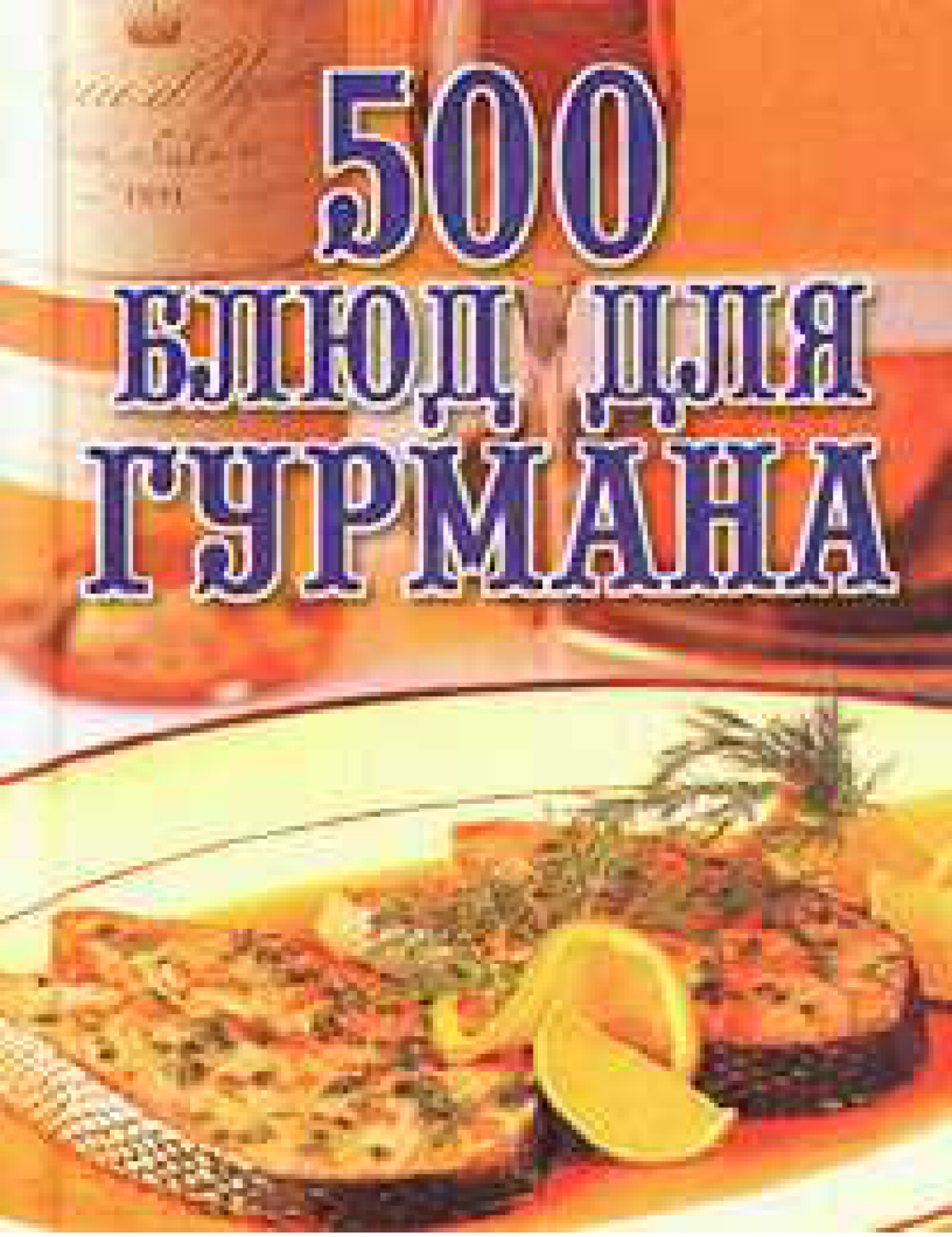
500 блюд для гурмана



SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Настоящая книга дает широкое представление о том, что такое здоровая, насыщенная витаминами и минеральными веществами, но вместе с тем и изысканная, вкусная еда. Не секрет, что многие из нас любят поесть, предпочитая красиво сервированный, уставленный яствами стол другим радостям жизни. Если вы из их числа, значит в вашем лице мы нашли настоящего гурмана. И вы почерпнете для себя из этой книги много интересной информации. Здесь изложены рецепты блюд как на каждый день, так и для праздничного стола, а также много другой полезной информации.

Издание предназначено для широкого круга читателей.

- Поливалина Любовь Александровна
  - ВВЕДЕНИЕ
    - ■
  - ГЛАВА I
    - ■ 1. САЛАТЫ
      - ■
    - ■ 2. БУТЕРБРОДЫ
      - ■
  - ГЛАВА II
    - ■ 1. БОРЩИ
      - ■
    - ■ 2. ЩИ
      - ■
    - ■ 3. СУПЫ
      - ■
    - ■ 4. УХА
      - ■
  - ГЛАВА III
    - ■ 1. БЛЮДА ИЗ МЯСА И ДИЧИ
      - ■
    - ■ 2. БЛЮДА ИЗ РЫБЫ
      - ■
    - ■ 3. БЛЮДА ИЗ ГРИБОВ
      - ■
    - ■ 4. БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ
      - ■
  - ГЛАВА IV
    - ■ 1. ТОРТЫ
      - ■

- 2. ПИРОЖНЫЕ
- 3. ПЕЧЕНЬЯ
- 4. РУЛЕТЫ
- 5. ПИРОГИ И ПИРОЖКИ
- 6. ПИЦЦА
- 7. БЛИНЫ

○ ГЛАВА V
- 1. ЧАЙ
- 2. КОФЕ
- 3. КОМПОТЫ
- 4. СИРОПЫ
- 5. АЛКОГОЛЬНЫЕ КОКТЕЙЛИ
- 6. БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЕ КОКТЕЙЛИ
- 7. МОРС
- 8. КВАС

○ ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Поливалина Любовь Александровна
500 блюд для гурманов

ВВЕДЕНИЕ

Питание – неотъемлемая составная часть жизни, ее основа, источник энергии, без которой жизнь немыслима. Даже находясь в состоянии покоя, организм человека расходует немало энергии на работу внутренних органов и поддержание температуры тела. А что же говорить, если человек работает? Чем тяжелее труд, тем больше энергетического материала (прежде всего жиров и углеводов) приходится компенсировать. За счет пищи, преимущественно белков, организм в достаточно короткие сроки (от недель до месяцев) обновляется. Внешне мы остаемся прежними, но практически все в нас изменилось: мышцы, внутренние органы, кожа...

Вот почему питаться необходимо рационально, питание должно соответствовать физиологическим потребностям человека, то есть важно принимать ежесуточно необходимую норму белков (причем половина их должна быть животного происхождения), витаминов и минеральных веществ. И тут многое зависит от искусства приготовления пищи – кулинарии, поваренного дела – одной из самых древних профессий. На протяжении сотен лет люди изменяли и совершенствовали приемы обработки продуктов, создавали тысячи сложных кулинарных рецептов, приспосабливали методы приготовления пищи к экономическим, климатическим условиям и вкусовым требованиям. И благодаря этому сегодня мы имеем возможность пользоваться этим богатейшим наследием, развивая и дополняя его на основе новейших технологий приготовления пищи и кухонного оборудования, способного при минимальных разрушительных воздействиях на продукты питания помочь нам приготовить из них вкуснейшие блюда.

Истинные гурманы, без сомнения, по достоинству оценят изложенные в книге рецепты – и многочисленных салатов с удивительно разнообразным сочетанием вкусовых ощущений, и бутербродиков, хотя и сделанных, как говорится, «на скорую руку», но тем не менее пикантных благодаря порой удивительному и неожиданному сочетанию продуктов.

А вторые блюда – все эти пельмени, голубцы, паштеты, жаркие из дичи, птицы, различного мяса! Их можно приготовить просто так, без фантазии, и тогда это будет питание, а можно с выдумкой, с использованием различных ингредиентов – и вы получите блюдо, дающее непередаваемую гамму вкусовых ощущений. И еда станет уже не едой, а настоящим праздником. Это же касается и различнейших блюд из морепродуктов, и

овощей, вносящих свое слово в каждое кулинарное произведение.

Немыслима сегодняшняя кухня без пряностей и специй, придающих еде в каждом случае свой особый аромат и вкус. В наших рецептах они нашли широкое применение. Равным образом в книге представлены рецепты тортов, блинов и прочей выпечки, всевозможнейших напитков, фруктовых салатов, супов и прочего, что делает нашу жизнь чуточку радостнее и приятнее.

Словом, читайте, изучайте и пробуйте. Приятного вам аппетита!

ГЛАВА I
ХОЛОДНЫЕ ЗАКУСКИ

1. САЛАТЫ

ИЗ ОВОЩЕЙ

«СОЛНЕЧНЫЕ ОРЕШКИ»

Требуется: 2 отварные картофелины средней величины, отварная морковь, 3 ст. л. тертого сыра, 3 белка, щепотка молотого черного перца, соль, зелень петрушки, растительное масло для жарки.

Способ приготовления. Очищенные картофель и морковь натрите на мелкой терке. Яичные белки взбейте миксером в крепкую пену. Смешайте натертые картофель, морковь, сыр с белком, добавьте соль, перец и измельченную зелень петрушки.

Сделайте из полученной массы небольшие шарики размером чуть меньше грецкого ореха и обжарьте их в кипящем растительном масле до золотистого цвета. Готовые шарики выложите шумовкой в большую тарелку и подавайте с мясом, приготовленным любым способом.

«КАЛАБРИЯ»

Требуется: 300 г тонких макарон, 100 г маслин, 30 г семечек тыквы, кочан салата, 2 крупных помидора, 30 г тертого сыра, 150 мл оливкового масла, зубчик чеснока, по пучку базилика и петрушки, молотый черный перец, соль.

Способ приготовления. Отварите макароны в кипящей подсоленной воде. Зелень мелко порубите, отложив в сторону несколько листочков базилика. Чеснок раздавите или мелко нарежьте. С помощью миксера приготовьте пюре из сыра, зелени и растительного масла. Посолите и поперчите. Смешайте с макаронами. Помидоры нарежьте кубиками, салат – полосками. Семена тыквы подрумяньте без жира на слабом огне. Макароны выложите на блюдо с помидорами и салатом. Посыпьте маслинами и поджаренными семечками. Украсьте салат листочками базилика.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО…

«Гурманы всякие нужны, гурманы всякие важны» –

уже давно твердят знатоки и любители вкусно поесть, и спорить с этим никто не станет. Гурман – это не только обостренное восприятие вкусовых ощущений, это, как правило, всегда необычный человек. Сегодня гурман – это не только любитель вкусно поесть, но и ценитель настоящих произведений кулинарии. Как и деятели искусства, гурманы бывают разными: любящими только кислое и острое, сладкое и воздушное или же чересчур экзотическое, добавляющее необычные ощущения и остроту в нашу жизнь.

«КАПУСТА В АПЕЛЬСИНАХ»

Требуется: 300 г цветной капусты, 2 яйца, помидор, болгарский перец, апельсин, соль по вкусу.

Способ приготовления. Порежьте цветную капусту на кусочки. Помидоры нарежьте дольками, а перец – кружочками. Сварите яйца вкрутую, цветную капусту прокипятите на медленном огне 20 минут. Готовые яйца порежьте дольками на несколько частей. Смешайте овощи, яйца и полейте выжатым апельсиновым соком.

«КЛЮКВЕННЫЙ АРОМАТ»

Требуется: 2 моркови, 100 г капусты, 100 г клюквы, растительное масло, сахар, варенье.

Способ приготовления. Морковь натрите на крупной терке и перемешайте с нашинкованной капустой. Клюкву разотрите, добавьте в салат и посыпьте сахаром. Полейте маслом, все хорошо смешайте. При желании положите сверху немного варенья.

«ШАМПИНЬОНЫ В СМЕТАНЕ»

Требуется: 100 г картофеля, 200 г шампиньонов, 100 г квашеной капусты, луковица, 150 г сметаны, соль.

Способ приготовления. Очищенный картофель сварите и нарежьте мелкими ломтиками. Капусту нашинкуйте, грибы сварите и мелко порежьте. Перемешайте, добавьте мелко нарезанный лук и посолите. Полейте салат сметаной и украсьте свежей зеленью.

«ВОСТОЧНЫЙ СМАК»

Требуется: 300–500 г сладкого красного перца, 1,5 стакана грецких орехов, 3 зубчика чеснока, 1 стакан нежирной сметаны, 5—10 ягод клюквы, 2 ст. л. рубленой зелени молодого укропа, соль, черный молотый перец по вкусу.

Способ приготовления. Перец разрежьте пополам, удалите семечки, прожилки, испеките в духовке, остудите и порежьте. Чеснок и орехи растолките и смешайте с солью и перцем. Зелень укропа мелко порубите. Все перемешайте, залейте сметаной, смешанной по вкусу с уксусом. Украсьте салат сладким перцем, нарезанным тонкими колечками, и положите в каждое колечко кружочки яйца.

«ИСПАНСКИЙ»

Требуется: 300 г бараньих мозгов, крупная редька, 3 яйца, 3 картофелины, по 2 соленых огурца и луковицы, майонез, соль, много черного молотого перца.

Способ приготовления. Вымойте мозги, отварите их в подсоленной воде, затем откиньте через дуршлаг, чтобы стекла вода. Картофель отварите в той же воде, в которой варилось мясо, отдельно сварите яйца. Порежьте мозги соломкой, картофель – небольшими кубиками, а яйца перетрите на крупной терке. Все это перемешайте и посолите. Редьку очистите от кожуры и тоже натрите на крупной терке. С огурцов снимите кожицу и порежьте их кубиками, положите в салат и перемешайте. Заправьте салат майонезом, посолите и обильно засыпьте перцем, чтобы вкус у салата получился достаточно острым, в этом его особенность. К столу подавайте как отдельное блюдо в охлажденном виде.

«НА СКОРУЮ РУКУ»

Требуется: 350 г говяжьих мозгов, 1,5 стакана фасоли, 50 г зеленого салата, по 3 помидора и головки зеленого лука с перьями, слабый раствор уксуса, 4 ст. л. растительного масла, 30 г жира, соль, сахар.

Способ приготовления. Обжарьте на раскаленной и смазанной жиром сковороде мозги, нарезанные небольшими кусочками. Отварите фасоль до готовности и перемешайте ее с мозгами. Добавьте в салат нарезанные дольками помидоры, лук и листья салата, заправьте уксусом, сахаром и солью. Так и подайте

к столу.

«МАКАРОНЫ НЕОБЫЧНЫЕ»

Требуется: 200 г макарон, чеснок, луковица, 100 мл растительного масла, 60 мл винного уксуса, по 50 г анчоусов и маслин, соль, вода.

Способ приготовления. Сварите 200 г макарон, откиньте на дуршлаг. Для начинки измельчите луковицу и чеснок и поджарьте в растительном масле. Пока жарится лук, смешайте винный уксус (лучше из красного вина), растительное масло, перец, соль по вкусу. Доведите эту смесь до кипения (примерно 1–2 мин). Затем обе приправы соедините.

Смешайте анчоусы (или сельдь) с очищенными от косточек и нарезанными помельче маслинами. Разложите макароны в тарелки, полейте их горячей приправой и украсьте кусочками анчоусов и маслин.

Можете при желании добавить полоски любимой копченой колбасы и кубики сыра.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО…

Стремление гурманов преобразить пищу уже давно переросло в настоящее создание «художественных» произведений. Например, в Новой Зеландии 2 апреля 1996 года изготовили самое большое шоколадное печенье диаметром 24,9 м и площадью 486,95 м в квадрате, содержащее 2,5 т шоколада. Это печенье было сделано компанией «Куки тайм». Лучшим столом, который удалось придумать для этого лакомства, стала площадка стадиона, на который и уложили гигантское печенье.

«ЛАКОМКА»

Требуется: 250 г картофеля, 200 г белого мяса курицы, 150 г маринованных грибов, 100 г свежих огурцов, 4 яйца, соль, перец. Для соуса: 3 яичных желтка, 2 ч. л. сахарной пудры, 150 г сметаны, соль, красный перец, лимон, гвоздика.

Способ приготовления. Картофель отварите, охладите, очистите и порежьте мелкими кубиками. Мясо курицы отварите и порежьте на мелкие ломтики. Маринованные грибы, лучше шампиньоны, слегка промойте, подсушите и порежьте на тонкие

дольки, смешайте с картофелем и мясом. В смесь положите свежие огурцы, нарезанные мелкими кубиками. Яйца отварите, очистите от скорлупы и измельчите, добавьте к салату, все посолите и поперчите.

Для соуса взбейте яичные желтки с сахарной пудрой и введите в охлажденную сметану. Посолите и поперчите по вкусу. Гвоздику измельчите, выжмите лимон и добавьте все это в соус, хорошенько взбейте.

Салат заправьте соусом, перемешайте и дайте время пропитаться. Перед подачей на стол украсьте зеленью.

«КАЛЕЙДОСКОП»

Требуется: по 250 г отваренной говядины и молодого картофеля, по 100 г огурцов свежего посола, белой фасоли и репы, 4 яйца, зеленый лук, зелень сельдерея, петрушка, кориандр, 200 г сметаны, 20 г горчицы, соль.

Отваренную говядину без костей измельчите. Сварите молодой картофель в кожуре, охладите и очистите, порежьте соломкой и смешайте с мясом в удобной посуде.

Малосольные огурцы немного обсушите и порежьте небольшими кубиками. Фасоль отварите в соленой воде, откиньте на дуршлаг. Репу очистите и порежьте тонкой соломкой. Зелень промойте холодной водой и измельчите. Добавьте порезанные овощи и зелень к остальным продуктам. Затем измельчите вареные яйца и соедините с общей массой.

Горчицу смешайте с холодной сметаной. Этим соусом заправьте салат, посолите по вкусу.

«ПИТАТЕЛЬНЫЙ»

Требуется: 250 г картофеля, 5 яиц, 150 г свежих огурцов, по 100 г отварных свинины и телячьего языка, зеленый лук, зелень петрушки, соль, перец. Для соуса: 50 г сметаны, 1 лимон, 2 яйца, 2 стакана растительного масла, 1 ч. л. сахарной пудры, соль.

Способ приготовления. Охлажденную свинину порежьте тонкими брусочками, а язык – полукруглыми дольками. Отварите картофель и яйца, порежьте их кубиками. Свежие огурцы нарежьте кружками. Мелко нарубите зеленый лук. Смешайте все продукты, посолите по вкусу.

Для соуса взбейте охлажденные яйца с сахарной пудрой и солью. Добавьте сок лимона, растительное масло. После этого

тщательно взбейте все вместе, смешайте со сметаной. Размешайте соус до однородной массы и заправьте им салат.

«ЧАРОДЕЙКА»

Требуется: 250 г вареного кроличьего мяса, по 200 г картофеля, сметаны и свежих огурцов, 4 яйца, 10 г тертого хрена, соль, перец, 2 луковицы.

Способ приготовления. Кроличье мясо отварите в подсоленной воде с луковицей, охладите, нарежьте соломкой. Отварите картофель и яйца, очистите и измельчите. Лук очистите, мелко изрубите. Огурцы промойте холодной водой, порежьте кубиками. Смешайте, посолите, поперчите по вкусу.

Сметану охладите, добавьте в нее тертый хрен, тщательно перемешайте. Заправьте сметанным соусом.

«АССОРТИ»

Требуется: по 200 г копченой рыбы и картофеля, по 100 г колбасы, моркови, соленых огурцов и зеленого горошка, 4 яйца, 250 г майонеза, 2 луковицы, соль, черный перец.

Способ приготовления. Освобожденную от костей рыбу измельчите. Колбасу порежьте кубиками, смешайте с рыбой в глубокой посуде. Отварите морковь, картофель, яйца. Охладите и очистите, затем порежьте небольшими кубиками. Соленые огурцы нарежьте тонкими брусочками. Соедините вместе все продукты. Откиньте зеленый горошек на сито. Добавьте к общей массе. Посолите и поперчите салат по своему вкусу, заправьте майонезом. Уложите горкой в салатницу.

«ВЕСЕННЕЕ НАСТРОЕНИЕ»

Требуется: 4–5 морковок, 1 ст. л. сметаны, 2 ст. л. майонеза, 3–4 грецких ореха, 150 г макарон, 2–3 зубчика чеснока, соль, специи по вкусу.

Способ приготовления. Отварите макароны до готовности в соленой воде и с кусочком масла, чтобы не склеились между собой, остудите. Тем временем натрите на средней терке морковку. Соедините макароны с морковкой, добавьте измельченные в ступке грецкие орехи и раздавленный в чесночнице чеснок, все перемешайте и добавьте сметану с

майонезом. После этого попробуйте на соль и если это нужно – посолите. Подавая на стол, посыпьте молодой зеленью.

«ГОЛЛИВУДСКИЙ»

Требуется: по 250 г креветок и картофеля, 4 яйца, по 2 луковицы и лимона, 150 г оливок, по 100 г моркови и маринованных шампиньонов, 200 г сметаны, соль.

Способ приготовления. Креветок отварите в подсоленной воде с луковицей, затем очистите и измельчите. Отварите картофель. Слейте воду и подсушите его на слабом огне. Дайте остыть и порежьте небольшими кубиками. Отварите яйца, очистите и порежьте тонкими дольками. Оливки и шампиньоны откиньте на сито. Морковку отварите, очистите и измельчите. Смешайте все компоненты, посолите по вкусу.

Сметану охладите и смешайте с соком одного лимона. Лимонный соус тщательно взбейте и заправьте им салат. Уложите салат на блюдо и украсьте тонко нарезанным лимоном.

МЕЖДУ ПРОЧИМ…

Линда Маккартни была известна у нас исключительно как супруга великого экс-битла, но на Западе о ней знают больше. Линда прославилась как активистка здорового образа питания. Ее кулинарные книги издавались во всех европейских странах. Она составила продуктовые карты и меню многих европейских и американских ресторанов и торговых компаний. Две трети ее рецептов включают макаронные изделия.

«ДЕЛИКАТЕСНЫЙ»

Требуется: 750 г улиток, 1–2 луковицы, средних размеров морковка, 30 г сельдерея, лавровый лист, 250 г соуса «Винегретного» и немного тимьяна.

Способ приготовления. Вымойте и вычистите улиток, как следует промойте и, доведя воду с улитками до кипения, выключите газ. Отвар слейте и вновь залейте улиток холодной водой, прибавив мелко нарубленные сельдерей, морковь и лук, а также тимьян, лавровый лист, и посолите. Варите улиток долго, в течение 2–3 часов. Когда они будут готовы, охладите, при помощи вилки выньте их из раковин и залейте соусом. Украсьте

салат завитками из зеленого лука. Возьмите несколько стрелок и острым ножом сделайте продольный разрез на каждой, но не до конца. Листики сами свернутся в кудряшки.

ИЗ ФРУКТОВ

«ПЕРСИКИ В СЛИВКАХ»

Требуется: 2–3 яблока, персик, 1 стакан консервированных вишен, 1/2 стакана изюма, 200 г творога, 100 г сливок, сахар и соль по вкусу.

Способ приготовления. В миске смешайте творог, сливки, сахар и немного соли. Масса должна иметь консистенцию сметаны. Изюм предварительно замочите. Яблоки нарежьте кусочками, из персика выньте косточку и измельчите ее. Смешайте все компоненты с творожным соусом. Переложите салат в салатницу. Украсьте его изюмом и вишнями. Вишни разделите на половинки и удалите косточки. На половинки вишен положите по изюминке.

«НЕКТАРНЫЙ»

Требуется: 2 яблока, 2 банана, по 100 г черники, ежевики, малины, клубники, 2 ст. л. меда, 1 ст. л. лимонного сока, 3–4 листочка мяты.

Способ приготовления. Бананы порежьте кубиками, то же самое проделайте с яблоками, крупную клубнику разрежьте. Смешайте все с остальными ягодами и сбрызните лимонным соком. Растопите мед и полейте им салат. Все перемешайте. Сверху украсьте половинками клубники и листиками мяты.

«МИРАБЕЛЬ»

Требуется: 3–4 банана, небольшая дыня, по 2 ст. л. меда, сливового или другого кислого сока и измельченных грецких орехов.

Способ приготовления. Очистите бананы и нарежьте кружочками, а дыню – кубиками. Сложите все на блюдо, залейте медом, смешанным с соком. Посыпьте орехами. Если пожелаете, добавьте в салат сметану.

«ИНДИЙСКИЙ»

Требуется: плод манго, 3 апельсина, 4–5 персиков, по 1/2 стакана сока грейпфрута и очищенных и поджаренных зерен подсолнуха.

Способ приготовления. Очистите апельсин и нарежьте его кубиками. Нарежьте манго и персик. Смешайте все фрукты и полейте грейпфрутовым соком. Сверху посыпьте семенами подсолнуха.

«ШЕХЕРЕЗАДА»

Требуется: ананас, 3–4 средних яблока, 150 г сыра и небольшой мандарин для украшения. Для соуса: 1/2 стакана сметаны, 3 ст. л. сахара, 5 ст. л. ягодного сока.

Способ приготовления. Ананас, нарежьте кубиками. Яблоки и сыр.

Для соуса сметану смешайте с сахаром и любым фруктовым соком. Заправьте этим соусом салат. Выложите его в салатницу и перед подачей на стол посыпьте любыми измельченными орехами.

Небольшой мандарин очистите от кожуры и разделите на дольки, оставив их соединенными у основания. Получится цветок, в середину которого можете положить вишню. Украсьте им салат.

«МИРАНДОЛИНА»

Требуется: маленькая дыня, плод манго, 200 г крупной клубники и грейпфрут.

Способ приготовления. Нарежьте крупными кубиками дыню и плод манго, клубнику разрежьте на четвертинки. Сложите все в салатницу и выжмите сок грейпфрута. Сладкие ингредиенты салата приобретут чуть кисловатый привкус. Украсьте салат листиками мяты для придания ему свежего и приятного аромата.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Любители колбасы наверняка бы не отказались попробовать колбаску длиной 46,3 км, изготовленную в 1995 году сотрудниками мясного магазина «МэндМ» в Кинченере, штате Канады. Жюри отмечало, что специалисты сделали ее по всем правилам поварского искусства. Это, как говорят, было поистине блюдо для

настоящих гурманов.

«МАРСЕЛИНА»

Требуется: по 200 г риса и сметаны, 150 г кураги, по 100 г изюма и яблок, 5 яиц, 70 г маринованного винограда, 3 ст. л. меда.

Способ приготовления. Рис промойте и залейте небольшим количеством воды. Доведите до кипения, накройте крышкой и варите на медленном огне до готовности. Затем откиньте на сито и промойте холодной водой.

Курагу и изюм промойте, залейте горячей водой, варите на слабом огне 3 минуты. Слейте воду, немного подсушите сухофрукты. Яблоки очистите от кожуры, порежьте кубиками. Маринованный виноград откиньте на сито. Охлажденную сметану взбейте с подогретым медом. Соедините все и заправьте сметанным соусом. Уложите салат на блюдо и украсьте изюмом, курагой и ягодами винограда.

«ГРУШИ В ОРЕХАХ»

Требуется: 6 сладких груш, по 0,5 стакана грецких орехов и сливок, мед.

Способ приготовления. Очищенные груши нарежьте маленькими кубиками. Смешайте их с толчеными орехами и сливками. Полейте жидким медом.

ИЗ ИСТОРИИ КУЛИНАРИИ

Слово «салат» пришло к нам из французского языка в XVIII веке. В свою очередь, французы заимствовали это слово из итальянского. Saiata в переводе с итальянского означает «соленая», что обычно говорили о зелени.

«ИЗЫСКАННЫЙ»

Требуется: сосиска, 2 банана, по 50 г изюма и натертого кокосового ореха, 75 мл сливок, цедра половины лимона, несколько салатных листьев.

Способ приготовления. Отварите сосиску и kj;b ее охлаждаться. Замочите изюм в кипящей воде на несколько минут (пока не разбухнет). Бананы нарежьте ломтиками по 0,5 см и смешайте с тертым кокосом, измельченной сосиской и изюмом.

Сливки взбейте с соком лимона, а затем смешайте с цедрой, салат перемешайте со сливочной заправкой и дайте отстояться 30 минут.

Дно блюда для салата уложите салатными листьями, а сверху положите отстоявшуюся фруктовую смесь. К салату приготовьте гренки или горячие бутерброды.

«АНДРОМЕДА»

Требуется: 400 г абрикосов, крупный лимон, 2 апельсина, по 150 г сахара и сахарной пудры, 350 мл белого сухого вина, корица, лимонная и апельсиновая цедра.

Способ приготовления. Из абрикосов удалите косточки, очистите апельсины и лимон. Половину всех абрикосов, один апельсин и половинку лимона порежьте мелкими кусочками. Посыпьте половиной сахарной пудры и поставьте в холодное место на час. В вино положите сахар, по 1 ч. л. лимонной и апельсиновой цедры, корицу, выжмите лимонный сок из второй половины. Соус нагрейте до кипения на слабом огне, а затем остудите. Оставшиеся абрикосы и апельсин протрите через сито, добавьте сахарную пудру и выложите в салатницу. Залейте соусом приготовленные фрукты и остудите.

«ОРИГИНАЛЬНЫЙ»

Требуется: большой огурец, большой кусок арбуза, небольшой лимон, пакет молочного снежка, зелень по вкусу.

Способ приготовления. Очистите огурец от кожуры и нарежьте тонкими кружочками, сложите их в красивую салатницу и полейте выжатым лимонным соком. Арбуз очистите от семечек и нарежьте кубиками. Смешайте арбуз с огурцами и залейте салат необходимым количеством снежка. Можете добавить любую нарубленную зелень.

МЕЖДУ ПРОЧИМ…

Первые упоминания о пище, способствующей сексуальной активности, содержатся еще в шумерских и вавилонских клинописях, написанных за несколько тысячелетий до нашей эры. В Библии упоминается о любовном напитке из мандрагоры.

В средневековье и эпоху Возрождения были сочинены тома кулинарных рецептов для возбуждения

плоти. С глубокой древности люди искали и находили в разных блюдах специфические свойства, возбуждающие чувственность. Вещества, вызывающие эти свойства, называются «афродозиаки», и этот термин происходит от имени древнегреческой богини любви Афродиты, которую римляне называют Венерой.

Каждый народ, каждая историческая эпоха предпочитали свои афродозиаки, используя порой довольно странные смеси. Известная мадам Помпадур, фаворитка французского короля Людовика XV, чтобы разгорячить себя перед любовным свиданием, выпивала каждый раз по чашке горячего шоколада с сельдереем и душистой амброй – продуктом, который вырабатывают некоторые киты. Об этом свойстве амбры знал еще французский гастроном XVIII века Брийа-Саварен, предлагавший жевать продукты амбры в те дни, когда дает себя знать «груз прожитых лет».

Одним из наиболее употребляемых афродозиаков и составляющей частью множества эротических микстур является сельдерей. С тех пор, как в XV веке испанцы привезли шоколад из Америки, сельдерей считается стимулирующим и возбуждающим средством. Именно поэтому церковь запрещала употреблять его перед мессой.

Овидий предлагал любовный рецепт, состоящий из яиц, лука, меда и травы под названием «дикая горчица». Лук в этом рецепте розовый, в обилии произрастающий на Апеннинском полуострове. Во времена Овидия считалось, что яичница с розовым луком способна пробудить чувства даже у тех, у кого они уснули много лет назад.

Латинский поэт Марциал добавляет к Овидиеву рецепту чабрец. Альцифрон, описывая пиршество, организованное греческими жрицами любви, чтобы «сочетать браком пищу и любовь», перечисляет такие продукты, как ломтики мяса молодого козленка, куриное мясо, свежесваренные яйца, улитки, куропатки, сельдерей и салат-латук.

Плиний Старший писал о том, что розовый лук «...и вялых мужей бросает в объятия Венеры». Новейшие исследователи подтвердили, что лук способствует гормональному развитию организма.

Одна из самых популярных книг XV века рекомендует: «Чтобы получить мощный толчок для

успеха в любовных отношениях, полезно съедать натощак каждый день один яичный желток или же 3 дня подряд есть лук и яйца». В трактате шейха Нафеаули «Искусство арабской любви» дается совет жениху в течение нескольких дней перед свадьбой следовать диете, основанной на жареном луке и яичных желтках.

Известнейший индийский трактат «Кама Сутра» советует съедать перед ночью любви смесь из риса, сваренного в молоке вместе с воробьиными яйцами, жареным луком и медом. Действительно, от Овидия и до сегодняшнего дня многие специалисты разделяют мнение о стимулирующем эффекте яиц и лука.

Яйца, а чаще яичные желтки издавна сами по себе считаются сильными энергоносителями. Известно, что Генрих XV каждое утро выпивал рюмку коньяка, смешанного с желтком, а темное пиво с желтками входило в ежедневный рацион кельтов. И сегодня эти рецепты учтены при изготовлении целого ряда ликеров.

Царь Соломон после 40 лет, когда почувствовал снижение потенции, пробовал восстановить ее с помощью яиц крокодила.

В Испании на протяжении трех веков в меню аристократов входили блюда из половых органов быка. Секрет был в их особом приготовлении, чтобы органы сохранили свои ценные качества, и съесть их нужно было немедленно, то есть по истечении не более часа, как быка забили.

Представители многих народов всегда ощущали стимулирующее действие рыбы и прочих даров моря. Еще древние римляне считали рыбу продуктом, питающим сладострастие, особенно ценилось мясо скатов, акул и других морских организмов, которые и сегодня пользуются репутацией стимулирующего средства. К ним относят крабов, кальмаров, лангустов, морских ежей и устриц. Это связано с высоким содержанием фосфора в них.

А что касается вина, то еще Теренций отмечал, что «без Бахуса Венера зябнет».

«ЮЖНАЯ КОРОНА»

Требуется: 175 г длинного риса, 250 г кусочков консервированного ананаса, 40 г изюма, 100 г винограда без

косточек, 2 ст. л. вина, 2 веточки сельдерея.

Способ приготовления. Сварите рис в кипящей подсоленной воде, откиньте его в дуршлаг и промойте под холодной водой. Смешайте вино с 2 ст. л. ананасового сиропа и полейте этой смесью рис. Все хорошо перемешайте и отставьте охлаждаться на 30 минут. Каждый кусочек ананаса разрежьте на 8 частей и добавьте в рис вместе с виноградом и изюмом. Украсьте салат веточками сельдерея. Подавайте охлажденным.

«СОЛНЕЧНЫЙ ПАРУС»

Требуется: 5 крупных апельсинов, 400 г клубники, 20 мл апельсинового ликера, сахар по вкусу, веточки мяты или мелиссы.

Способ приготовления. Тщательно очистите 4 апельсина от кожуры и удалите пленку. Нарежьте кружочками толщиной 5 мм. Выделившийся при этом сок соберите в отдельную посуду. Клубнику вымойте, осторожно обсушите полотенцем или бумажной салфеткой и нарежьте вдоль тонкими ломтиками. На большом плоском блюде разложите ломтики фруктов, начиная с апельсинов, а сверху докладывая клубнику. Выжмите сок из оставшегося апельсина, смешайте его с ранее выделившимся соком и апельсиновым ликером, добавив сахар по вкусу. Полейте салат этой смесью. Украсьте веточками мяты или мелиссы.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Любители острых ощущений обычно предпочитают африканские рестораны, и не только потому, что там можно попробовать омлеты из змеиных яиц, да и саму змею тоже, но и потому, что их привлекает совершенно другое, на их взгляд, самое экзотическое лакомство. Выглядит оно приблизительно так: шеф-повар приносит вам огромную корзину, наполненную живыми змеями, вы выбираете из них понравившуюся, и на ваших глазах ей отрубают голову и сливают змеиную кровь в ваш бокал. Но и это еще не все: вы не только попробуете сырую змеиную кровь, но и откушаете эту самую змею, зажаренную со всевозможными специями. Лакомство, нужно сказать, не для слабых.

«КИЛИМАНДЖАРО»

Требуется: 4 банана, по 2 киви и яблока, 2 ст. л. изюма, 1 стакан сметаны, 1 ч. л. сахара, 1 ст. л. лимонного сока.

Способ приготовления. Бананы и киви очистите, нарежьте тонкими кружочками и красиво выложите их на неглубокой тарелке. Яблоки, удалив из них косточки, мелко нарежьте. Изюм тщательно промойте. Перемешайте кружочки бананов и киви, измельченные яблоки и изюм. Смешайте сметану, сахар и лимонный сок и полейте полученным соусом фрукты. Перед тем как подать салат на стол, поставьте его на полчаса в холодильник.

«ФАНТАЗИЙНЫЙ»

Требуется: яблоко, груша, 3 персика, 200 г абрикосов, большой банан, киви, апельсин, 300 г творога.

Способ приготовления. Нарежьте все фрукты дольками и смешайте с творогом. В зависимости от времени года можете добавить также малину, клубнику, ежевику и виноград.

«ВОСТОЧНАЯ КРАСАВИЦА»

Требуется: гроздь винограда без косточек, 4 апельсина, 6 ломтиков ананаса, лимонный майонез для заправки. Для майонеза: сырое яйцо, 4 ч. л. сахара, 1 ч. л. уксуса, лимон, по 0,5 стакана оливкового масла и сливок.

Способ приготовления. Апельсины и ананас очистите, нарежьте кубиками. Смешайте с виноградом.

Для майонеза взбейте хорошенько яйцо, добавьте в него лимонный сок, соль и сахар. Затем добавляйте по 1 ч. л. оливковое масло, не прекращая взбивать. Когда смесь загустеет, добавьте взбитые сливки. Для разнообразия окрасьте приправу в какой-нибудь цвет пищевым красителем. Заправьте салат лимонным майонезом и аккуратно перемешайте. Переложите его в салатницу и украсьте спиралью, вырезанной из цедры лимона специальным ножом.

«ПОД ПРЯНЫМ СОУСОМ»

Требуется: по 2 ст. л. изюма, чернослива, кураги, 2 банана, груша, по 1 ст. л. молотых грецких и миндальных орехов, сахара, 1/4 стакана красного сухого вина, корица и кардамон.

Способ приготовления. Изюм, курагу, чернослив промойте, залейте водой и отставьте на 8 часов. Чернослив разрежьте, удалите из него косточки. Бананы очистите, нарежьте колечками. Грушу порежьте тонкими ломтиками.

В вино добавьте сахар, корицу, кардамон и доведите до кипения на медленном огне. Как только вино с пряностями закипит, залейте им перемешанные кусочки бананов, груши, кураги, чернослива, изюм, добавьте молотые орехи и все перемешайте. Поставьте салат в холодильник на три часа. Подавайте к столу холодным.

«МАНГО В МИНДАЛЕ»

Требуется: 2 зрелых манго, яблоко, 2 банана, апельсин, по 0,5 стакана нарезанных консервированных ананасов и апельсинового сока, щепотка корицы, 1 ч. л. молотого миндаля, 2 ст. л. хереса, молотая гвоздика.

Способ приготовления. Нарежьте фрукты небольшими кубиками. Смешайте апельсиновый сок, вино, корицу, миндаль и гвоздику, подогрейте на медленном огне и, не доводя до кипения, залейте перемешанные кусочки фруктов. Перед подачей на стол подержите в холодильнике.

«СИМФОНИЯ ВКУСА»

Требуется: 1/2 кг спаржи, 1 ст. л. сливочного масла, 10 ст. л. растительного масла, 2 стебля сельдерея, по 200 г куриной грудки, шампиньонов и сыра, яблоко, манго, 150 г виноградных помидоров, головка салата лолло бионда, 4 ст. л. винного уксуса, 2 ч. л. горчицы, соль, сахар, черный молотый перец.

Способ приготовления. Очистите спаржу, разрежьте пополам, поперек, и варите в подсоленной воде 15–20 минут, добавьте в воду немного сахара и сливочного масла. Далее филе курицы посолите, поперчите и обжарьте в растительном масле, затем нарежьте ломтиками. Шампиньоны тоже нарежьте и обжарьте. Сельдерей нарежьте на кусочки. Сыр, яблоко, салат лолло бионда и манго нарежьте кубиками. Томаты разрежьте пополам. Все приготовленные компоненты перемешайте. Осталось заправить салат соусом. Для его приготовления смешайте растительное масло, уксус, горчицу, соль, перец и сахар. Полейте салат этим соусом и подавайте на стол.

ИЗ РЫБЫ

«ПРИЯТНОГО АППЕТИТА»

Требуется: 200 г филе рыбы, по 150 г шампиньонов и фасоли, 5 яиц, 2 луковицы, соль, 250 г майонеза, 1/2 стакана воды, 1 ч. л. уксуса, 1 ст. л. сливочного масла, листья салата.

Способ приготовления. Мясо рыбы очистите от костей, порежьте тонкими дольками. Размешайте уксус с водой и залейте мясо рыбы, маринуйте 5–7 минут. По прошествии этого времени слейте уксусный раствор, кусочки рыбы обсушите.

Грибы отварите, охладите и процедите. Крупные грибы измельчите. Смешайте маринованное филе рыбы и грибы.

Фасоль желательно использовать консервированную. Слейте жидкость и добавьте фасоль к предыдущей смеси. Яйца порежьте мелкими кубиками. Лук, порезанный кольцами, обжарьте в сливочном масле до золотистой корочки.

Смешайте все компоненты, посолите по вкусу. Заправьте салат майонезом. Уложите горкой на блюдо. Листья салата промойте холодной водой, порубите ножом. Посыпьте салат зеленью и подавайте к столу.

«ТАЙНА СУЛАВЕСИ»

Требуется: 400 г креветок, 3 морковки, 2 свежих огурца, 3 ст. л. консервированного зеленого горошка, 2 картофелины, 100 г майонеза, зелень, соль.

Способ приготовления. Креветок промойте, опустите в кипящую подсоленную воду и варите с момента закипания 3–5 минут. Затем очистите креветок от панциря, разделите на небольшие волокна и охладите. Морковь и картофель отварите, охладите и нарежьте кубиками. Часть подготовленных овощей и зеленый горошек заправьте майонезом и уложите на дно салатницы. Сверху на овощи положите креветок и залейте их майонезом. Украсьте салат оставшимися овощами и зеленью.

«ЧЕРНОМОРСКИЙ ЦВЕТОК»

Требуется: 400 г мидий, 70 г оливок без косточек, 3 яйца, сваренные вкрутую, 100 г маринованного перца, свежий огурец, 2 помидора, головка лука, сок половинки лимона, листовой салат,

зелень петрушки, соль, лавровый лист.

Способ приготовления. Мидий тщательно промойте и отварите в раковинах, добавив в отвар луковицу, соль, лавровый лист. Когда раковины раскроются, мидии готовы. Освободите их от раковин. На дно салатницы уложите листовой салат, а затем слоями нарезанные тонкими кружочками помидоры, огурцы, маринованный перец, порезанные оливки. Следующим слоем положите мидии, сбрызнув их лимонным соком, далее – слой порубленных яиц. Все залейте майонезом и посыпьте зеленью.

«ФИЛЕ ПОД СОУСОМ»

Требуется: 250 г маринованного филе рыбы, 200 г риса, по 100 г оливок и изюма, 4 яйца, соль. Для соуса: 100 г сметаны, 2 яйца, по 1 ч. л. сахарной пудры и уксуса, соль, корица.

Способ приготовления. Маринованное филе рыбы порежьте тонкой соломкой. Отварите рис в подсоленном молоке, но не разваривайте его, процедите и охладите. Яйца порежьте кубиками.

Соедините рыбу, рис и яйца. Добавьте консервированные оливки, слив предварительно жидкость. Изюм помойте и залейте кипятком. Поставьте на слабый огонь и кипятите 2 минуты. Откиньте на дуршлаг и дайте воде стечь. К основной массе салата добавьте изюм и посолите всю смесь.

Для соуса охлажденные яйца взбейте с сахарной пудрой и солью. Для аромата добавьте размельченную корицу. Смесь хорошенько взбейте, постепенно вливая уксус, и продолжайте взбивать с холодной сметаной. Этим соусом заправьте салат.

«ПРИБАЛТИЙСКИЙ»

Требуется: по 250 г картофеля и майонеза, 5 яиц, по 150 г соленых грибов, зеленого горошка и малосольной сельди, 100 г моркови, соль.

Способ приготовления. Сельдь очистите от кожи и костей, измельчите. Соленые грибы порежьте небольшими дольками, соедините с сельдью.

Картофель, морковь и яйца отварите, очистите и порежьте соломкой. Добавьте их, а также зеленый горошек к общей массе. Посолите салат, заправьте майонезом. Уложите горкой на блюдо, посыпьте мелкой зеленью и украсьте грибочками и фигурками из яиц.

«ТУНЕЦ В ЛИМОНЕ»

Требуется: по 200 г консервированного тунца и риса, 150 г маринованных грибов, 60 г оливок, 3 небольшие луковицы, 250 г майонеза, 2 лимона, зелень мяты и сельдерея.

Способ приготовления. Рис отварите в небольшом количестве подсоленной воды, откиньте на сито и промойте холодной водой, чтобы не склеился. Оливки и грибы откиньте на дуршлаг. Когда стечет, порежьте их тонкими дольками. Высыпьте их в рис, тщательно перемешайте и добавьте измельченного тунца. Лук очистите, мелко порубите. Зелень сельдерея измельчите. Всыпьте эти компоненты в общую массу.

Из лимонов выжмите сок и введите его в майонез, тщательно перемешайте. Приготовленным соусом заправьте салат. Уложите его горкой на блюдо, украсьте листьями мяты.

ИЗ ИСТОРИИ КУЛИНАРИИ

Министр финансов при Александре I граф Д. Гурьев оставил нам рецепт превосходной «гурьевской» манной каши, которую признают даже гурманы. Эту кашу варят на сливочных пенках с добавлением грецких орехов, персиков и ананасов. Как оказалось, это не единственное изобретение графа. Его имя носят и различные «птичьи» паштеты, «шоколадные» котлеты, которые величались так за свою нежную консистенцию. У графа было прекрасное и утонченное чувство вкуса, результатами которого до сих пор пользуются многие гурманы.

«РИЖСКИЕ КАНИКУЛЫ»

Требуется: 10 яиц, 200 г филе сельди, луковица репчатая, лук-порей, по 2–3 ст. л. растительного масла и уксуса, небольшое яблоко, перец черный молотый по вкусу, булка.

Способ приготовления. Сварите яйца вкрутую, разрежьте их на 2 части. Прокрутите филе сельди через мясорубку вместе с порезанной на куски булкой, а также с кусочками лука и яблока. Добавьте по вкусу перец, уксус, растительное масло. Тщательно все перемешайте, разложите понемногу в половинки яиц и посыпьте сверху зеленью.

«МОРСКОЙ БРИЗ»

Требуется: 200 г макарон в виде ракушек, 150 г мяса кальмара, 2 небольших свежих огурца, майонез, маленькая луковица, зелень петрушки, листья салата, соль по вкусу.

Способ приготовления. Двух кальмаров средней величины отварите в соленой воде и отставьте в бульоне остывать, чтобы мясо было сочным. Отварите макароны, откиньте на дуршлаг и добавьте маленький кусочек масла. Измельчите кальмаров и перемешайте с макаронами. Лук порежьте помельче и добавьте в эту смесь. Измельчите свежие огурцы и зелень. Соедините все ингредиенты и добавьте майонез. Подсолите по вкусу и подавайте на стол.

«ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ»

Требуется: 100 г свежей рыбной икры, маленькая луковица, 1 ч. л. растительного масла, перец, соль, свежая зелень, майонез.

Способ приготовления. Икру освободите от пленки, затем залейте кипятком на 10 минут. Слейте воду, посолите, поперчите, положите мелко порезанный лук, масло и перемешайте. Добавьте измельченную зелень и небольшое количество майонеза. Еще раз перемешайте и дайте постоять час.

«ЛУННАЯ СЕРЕНАДА»

Требуется: по 100 г филе соленого лосося, шпрот, судака (эту рыбу можно заменить и другой), 150 г кетовой икры, морковка средней величины, лимон, 4 соленых огурца.

Способ приготовления. Рыбу нарежьте аккуратными кусочками и с икрой красиво уложите на середину блюда. Морковь отварите и вместе с огурцом нарежьте кружочками. Разложите «букетиками» вокруг рыбы, сбрызните соком лимона, украсьте веточками зелени.

«ПЛАВАЮЩИЕ КОРАБЛИКИ»

Требуется: 20 раков, 500 г рыбы, по 2 средних яблока и яйца, 200 г кабачков, 250 г майонеза, 5–6 свежих огурцов, 300 г горчичного салата, 1 ст. л. сахара.

Способ приготовления. Рыбу, раков, яйца отварите, клешни и шейки раков очистите. Кабачки очистите от кожицы и семечек, нарежьте полосками в палец, положите в дуршлаг и опустите в

кастрюлю с подсоленной кипящей водой. Сварите, но следите, чтобы кабачки не переварились (они должны быть прозрачными, но не совсем мягкими).

Рыбу и яблоко нарежьте крупными кубиками, кабачки и часть раков – помельче. Огурцы нашинкуйте соломкой, так же обработайте часть листьев вымытого и обсушенного салата.

Салат, огурцы заправьте майонезом, перемешайте и уложите вперемешку с рыбой, раками и кабачками, залейте еще раз майонезом, смешанным с 1 ст. л. сахара. Положите сверху листья салата, а на них яйца, разрезанные на две половинки, на каждую из которых положите оставшееся мясо раков.

Этот салат должен выглядеть, как плавающие кораблики на волнах.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО…

Людовик XIV славился отменным аппетитом, ценил кулинарные изыски, однако гурманство приносило ему множество огорчений: расстройство кишечника и боли в желудке. Поэтому Король Солнце был вынужден следовать совету придворных лекарей и время от времени заедать свою обильную пищу глиной. А французский ученый Жан Валне подсчитал: глина лечит 30 болезней сама по себе и более 70 – в сочетании с различными продуктами. Все, что в организме повреждено, глина очищает и вбирает в себя.

«СЕВЕРНОЕ СИЯНИЕ»

Требуется: 100 г консервированных крабов, можно их заменить крабовыми палочками или любой рыбой, 2 яйца, соленый огурец, 200 г белых грибов, 10 г грецких орехов, сельдерей, несколько ягод клюквы, 250 г майонеза.

Способ приготовления. Отварите грибы в подсоленной воде 20–30 минут, откиньте на дуршлаг, остудите. Сельдерей сварите до мягкости, очистите и мелко порежьте. Нарежьте соленый огурец, грибы, яйца, крабовое мясо, добавьте измельченные орехи, ягоды клюквы. Все смешайте с майонезом. Выложите салат в хрустальную вазочку и украсьте кружочками вареных яиц.

«КОРСАР»

Требуется: 200 г отварного мяса крабов, по 250 г картофеля и

майонеза, 150 г морской капусты, 2 лимона, 100 г оливок, соль, кресс-салат, 1/2 ч. л. душистого перца.

Способ приготовления. Мясо краба порежьте тонкой соломкой. Картофель очистите и отварите в подсоленной воде, затем немного подсушите его. Охладите и порежьте маленькими кубиками. Морскую капусту откиньте на сито и измельчите.

Соедините вместе все продукты. В полученную смесь добавьте оливки и душистый перец, заправьте майонезом. Посолите. Все еще раз тщательно перемешайте и уложите горкой в салатницу. Листья кресс-салата промойте холодной водой, часть из них измельчите и посыпьте мелкой зеленью вершину салатной горки. Остальные уложите целыми по краям блюда.

«РУСАЛОЧКА»

Требуется: по 100 г копченого лосося и креветок, 200 г крабовых палочек, 150 г морской капусты, 350 г майонеза, соль.

Способ приготовления. Креветок отварите и вместе с другими продуктами мелко покрошите в глубокую тарелку, посолите и добавьте майонез. Салат готов.

«ПОЛЯРНАЯ ЗВЕЗДА»

Требуется: по 250 г картофеля и майонеза, 4 яйца, по 100 г сыра, филе рыбы, копченого мяса и свежих огурцов, 150 г оливок, соль, лимон.

Способ приготовления. Картофель отварите в кожуре, охладите и очистите. Сварите яйца, очистите. Порежьте все мелкими кубиками. Колбасу порежьте соломкой и соедините с филе рыбы. Смешайте продукты, добавьте также нарезанные огурцы.

Оливки используйте консервированные. Слейте жидкость. Добавьте оливки в общую смесь и посолите. Взбейте сок лимона с майонезом и заправьте салат. Уложите его горкой на блюдо и посыпьте тертым сыром.

ИЗ ДИЧИ И МЯСА

«ВЕНГЕРСКАЯ РАПСОДИЯ»

Требуется: курица, 300 г чернослива, 2–3 луковицы, 200 г

майонеза, перец, соль.

Способ приготовления. Отварите курицу в слегка подсоленной воде. Чернослив освободите от косточек и замочите в теплой воде на 2–3 часа. Лук порежьте тонкими кольцами и ошпарьте кипятком несколько раз. Когда сварится курица, охладите ее. Мясо отделите от костей. Филе курицы порежьте на кусочки средней величины. Чернослив нарежьте кусочками такого же размера, как и мясо. В небольшую глубокую салатницу укладывайте составляющие салата слоями: слой курицы, слой чернослива, слой лука. Обильно смажьте майонезом. Затем уложите еще несколько слоев в том же порядке. Не забудьте посолить и поперчить каждый из слоев. Последний слой обильно смочите оставшимся майонезом и украсьте половинками чернослива.

«СКАЗОЧНЫЙ»

Требуется: по 200 г свинины и картофеля, 100 г зеленого горошка, 4 яйца, соль, перец, 2 ч. л. уксуса, 250 г майонеза, 1/2 стакана воды.

Способ приготовления. Мякоть свинины нарежьте маленькими кубиками. Уксус разбавьте в воде, залейте им мясо и поставьте минут на 20 на холод. Когда оно приобретет белый цвет, слейте уксусный раствор и добавьте зеленый горошек. Порежьте кубиками предварительно отваренные яйца и картофель, смешайте все компоненты, посолите, поперчите салат по вкусу, заправьте майонезом.

«ПЕЧЕНОЧНЫЙ»

Требуется: по 200 г печени и картофеля, 2 головки лука, 5 яиц, соль, перец, 250 г майонеза, 2 ст. л. растительного масла.

Способ приготовления. Замочите печенку на 2–3 часа в молоке, не солите ее. Пожарьте в растительном масле. Когда она остынет, порежьте ее тонкой соломкой. Яйца и картофель отварите, нарежьте соломкой и перемешайте. Добавьте к салату лук, соль и перец по вкусу, заправьте все майонезом.

«НА ПРИВАЛЕ»

Требуется: по 250 г филе цыпленка и майонеза, 70 г вареных

грибов, 200 г картофеля, 4 яйца, 50 г соленых огурцов, 5 г горчицы, соль, перец, 30 г корня сельдерея.

Способ приготовления. Отварите филе цыпленка, охладите и мелко порежьте. Промытые и очищенные корни сельдерея порежьте соломкой, вареные грибы ломтиками, а отваренные яйца и соленые огурцы небольшими кубиками.

Смешайте все компоненты в глубокой посуде, посолите и поперчите. Заправьте всю массу майонезом, предварительно взбитым с горчицей.

«ЗИМНИЙ ВЕЧЕРОК»

Требуется: по 200 г копченого мяса и картофеля, 4 яйца, 250 г соленых шампиньонов, 100 г яблок, соль, душистый перец. Для соуса: 200 г сметаны, по 2 ст. л. коньяка и лимонного сока, 1 ч. л. сахарной пудры, соль, 1 ст. л. мускатного ореха.

Способ приготовления. Копченое мясо порежьте тонкой соломкой. Отварите картофель и яйца, очистите и порежьте кубиками. Яблоки очистите от кожуры и измельчите. Все смешайте. Добавьте к полученной массе измельченные шампиньоны. Посолите и поперчите по вкусу.

Для соуса охлажденную сметану взбейте с сахарной пудрой и солью, постепенно добавьте коньяк и лимонный сок. Засыпьте измельченный мускатный орех, перемешайте.

Влейте коньячный соус в салат, перемешайте, украсьте грибочками и яблоками.

«ОХОТНИЧИЙ»

Требуется: 300 г филе птицы, корень сельдерея, 100 г белых грибов или шампиньонов, 1 ст. л. консервированных каперсов, 30 г сыра, 125 г майонеза, помидор, соль.

Способ приготовления. Для этого подойдет любая крупная птица: фазан, глухарь, тетерев или даже курица. Птицу отварите, отделите филе и нарежьте его соломкой. Нарежьте сельдерей и вареные грибы. Соедините все с каперсами, тертым сыром, солью, перцем и заправьте майонезом. Салат украсьте тонко нарезанными ломтиками помидоров.

«СРЕДИЗЕМНОМОРСКИЙ»

Требуется: по 250 г филе отварной трески и майонеза, 200 г картофеля, 4 яйца, зеленый горошек, 2 головки лука, соль.

Способ приготовления. Филе отварной трески нарежьте соломкой, смешайте с отварным картофелем, тоже нарезанным соломкой.

Вареные яйца порежьте тоненькими кружочками. Тонкие кольца белков отделите от желтков. Желтки еще больше измельчите. Нарезанные яйца добавьте к остальному салату. Лук порежьте тонкими кольцами и смешайте с салатом. В заключение добавьте горошек, поперчите, посолите по вкусу и заправьте все майонезом.

«СЕДЬМОЕ НЕБО»

Требуется: 300 г копченой грудинки, по 2–3 свежих огурца и крупных яблока, 3 вареных яйца, 80 г сметаны и 100 г майонеза, соль, специи по вкусу.

Способ приготовления. Грудинку, огурцы нарежьте небольшими кубиками. Яблоко натрите на крупной терке, яйца мелко порубите. В отдельной посуде смешайте сметану с майонезом. Мясо, огурцы, яблоки и яйца посолите, добавьте специи по вкусу, тщательно перемешайте и заправьте смесью из сметаны и майонеза.

«АППЕТИТНЫЕ СЛОЙКИ»

Требуется: по 200 г ветчины и балыка, сыра, 350 г майонеза, соль.

Способ приготовления. Балык, ветчину и сыр нарежьте тонкими ломтиками и уложите друг на друга, смазав каждый слой майонезом. Подавайте в холодном виде с белым вином.

«ИНДЕЙКА ПО-МОЛДАВСКИ»

Требуется: по 200 г мяса индейки и риса, 4 яйца, по 100 г изюма и груш, по 1/2 стакана орехов и кураги, 250 г йогурта, соль.

Способ приготовления. Мясо индейки отварите в подсоленной воде, затем выньте из бульона и охладите, порежьте тонкими ломтиками. Рис сварите до готовности, откиньте на сито, промойте холодной водой. Вареные яйца измельчите. Орехи

переберите, крупные порубите. Изюм и курагу тщательно промойте, залейте кипятком и варите на слабом огне 3 минуты. Откиньте изюм и курагу на сито.

Груши без кожуры порежьте кубиками. Соедините все ингредиенты и влейте в массу йогурт. Все тщательно перемешайте. Уложите салат небольшими горками на блюдо, украсьте орехами, цветочками из изюма и листиками из кураги.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО…

Еще древние мореплаватели заметили, что цитрусовые обладают свойством защищать организм от всевозможных болезней. В наше время цитрусовые очень популярны, а некоторые их разновидности очень ценятся гурманами. Не так давно начал завоевывать симпатии новый необычный фрукт, который носит название лайм. По вкусу лайм напоминает лимон, но он несколько мельче и покрыт более тонкой кожурой, не обладающей таким сильным ароматом, как у лимона. Лайм очень сочен и не имеет семян. Выращивают его в тропиках. В Европе лайм стал известен только тогда, когда в моду вошел мексиканский алкогольный напиток текила, употребляемый только с соком лайма. Как и лимон, лайм добавляют в чай, подают к рыбным блюдам, ароматизируют им алкогольные напитки и добавляют его цедру в соусы и десерты.

«ЗАЗИМКИ»

Требуется: по 250 г тушеной говядины и картофеля, 4 яйца, по 100 г фасоли и зеленой груши, соль, 200 г сметаны, 2 лимона, зелень петрушки.

Способ приготовления. Говядину порежьте мелкими кубиками. Отварите картошку, яйца. Охладите, очистите эти продукты. Картофель порежьте соломкой. Яйца измельчите. Соедините мясо, картофель и яйца, посолите их. Фасоль отварите в соленой воде, откиньте на сито и дайте воде стечь, добавьте фасоль к остальным продуктам.

Груши без кожуры измельчите, засыпьте в отдельную посуду и залейте соком лимона. Сюда же добавьте охлажденную сметану и хорошенько размешайте. Лишь после этого добавьте полученную смесь в остальные продукты и все перемешайте.

Уложите салат горкой на блюдо. Петрушку промойте холодной водой и измельчите. Посыпьте зеленью салат.

«АПЕЛЬСИНОВАЯ СТРАНА»

Требуется: 200 г отварного филе дичи, 2 яблока, апельсин, 4 ст. л. майонеза, долька лимона.

Способ приготовления. Яблоки и апельсины очистите от кожицы и семян, нарежьте ломтиками. Филе нарежьте кубиками и смешайте с яблоками, апельсином и заправьте майонезом.

«СЫТНЫЙ»

Требуется: 300 г телячьего языка, 200 г картофеля, 100 г зеленого горошка, 4 яйца, соль, перец, 2 головки лука. Для соуса: 2 яйца, 1 ч. л. сахара, соль, 70 г растительного масла, 2 ст. л. молока.

Способ приготовления. Язык отварите, под струей холодной воды очистите. Немного охладите и нарежьте тонкими ломтиками. Картофель отварите до средней степени готовности, охладите, очистите и порежьте кубиками. Смешайте язык с картофелем в отдельной посуде, добавьте горошек.

Яйца отварите, нарежьте кубиками и перемешайте с основной массой. Лук порежьте тонкими полукольцами. Добавьте в салат лук, посолите по вкусу и добавьте красного или черного перца.

Приготовьте соус: охлажденные яйца взбейте в белую пену вручную или в миксере с солью и с сахаром. Добавьте в соус молоко и еще раз хорошенько взбейте. В завершение добавьте растительное масло и размешайте соус еще раз.

Салат заправьте оригинальным соусом и хорошо перемешайте. Перед подачей украсьте зеленью.

«СИБИРСКИЕ ЗАКАТЫ»

Требуется: 200 г телячьих почек, луковица среднего размера, 3–4 картофелины, 3 маринованных огурца, свекла, соль и перец по вкусу, 30 г жира для жарения, майонез.

Способ приготовления. Растопите на раскаленной сковороде жир и обжарьте на нем подготовленные почки до появления золотистой корочки, затем накройте крышкой и тушите до готовности. Сварите картофель в подсоленной воде до готовности, остудите и порежьте мелкими кубиками. Лук нашинкуйте крупными кольцами и замочите в слабом растворе уксуса, чтобы он перестал горчить и приобрел приятный кисловатый вкус.

Отварите свеклу в соленой воде и порежьте мелко, как и картофель, смешайте их с мелко нарезанными маринованными огурцами, отложите на двадцать минут, чтобы смесь пропиталась собственным соком. Затем все компоненты смешайте, посолите и заправьте майонезом. Чтобы салат стал поистине необыкновенным по вкусу, поставьте его в холодное место на два —три часа. Его можете есть как самостоятельное блюдо или как прекрасное дополнение к горячим и холодным закускам.

«РЫЦАРСКИЙ ТУРНИР»

Требуется: по 250 г филе индейки и майонеза, 200 г риса, по 100 г зеленого горошка и чернослива, 4 яйца, 2 лимона, соль, перец.

Способ приготовления. Филе индейки отварите в небольшом количестве подсоленной воды. Дайте немного остыть и порежьте тонкими ломтиками. Рис тщательно промойте, залейте холодной водой и варите до готовности. Откиньте его на мелкое сито, дайте стечь воде. Затем смешайте рис и нарезанное мясо.

Чернослив переберите, промойте и залейте кипятком, поставьте на медленный огонь и кипятите 3 минуты. Охладите и удалите косточки. Чернослив измельчите и добавьте к приготовленной массе. Яйца мелко изрубите. Зеленый горошек откиньте на сито. Добавьте яйца и горошек к общей массе.

Из лимонов выжмите сок и добавьте его в майонез, перемешайте. Заправьте салат майонезом, тщательно перемешайте до однородности. Украсьте несколькими горошинами и ягодами чернослива.

МЕЖДУ ПРОЧИМ…

Замечали ли вы, как весело и забавно звучит слово «тыква»? Кстати, и по-английски тыква звучит очень забавно – «пампкин». Видимо, у людей всего мира она вызывает положительные эмоции – скорее всего, из-за ее жизнеутверждающего внешнего вида. Ибо во многих странах (например, в Америке), тыкву используют исключительно как декоративное растение.

Осенью, накануне ведьминского праздника «Хэллоуин», тыквы там продаются на каждом углу. Дома из них вырезают сердцевину, потом прорезают глаза, нос и рот с зубами, вставляют в рот горящую свечку и веселятся напропалую.

«ХУТОРСКОЙ»

Требуется: 400 г говяжьих почек, 5 картофелин, 2 крупных соленых огурца, 2 луковицы, морковь, 20 г растительного масла, соль, зелень сельдерея и базилика.

Способ приготовления. Почки вымойте, разделайте, снимите с них жир и поставьте на огонь. Когда вода закипит, слейте ее и залейте новой, предварительно еще раз сполоснув почки. Варите до тех пор, пока они не станут мягкими. В это время обжарьте мелко нашинкованную морковь и лук на растительном масле и сложите их в отдельную кастрюлю, залейте мясным бульоном и поставьте на огонь. Минут через 15 положите туда нарезанный соломкой картофель и соленые огурцы, отварите все вместе. Можете за несколько минут до готовности влить в воду немного рассола, чтобы бульон стал поострее. К столу рассольник подавайте с мелко нарезанной зеленью и положите в тарелку почки, смешанные со сметаной.

«НА ЛЮБИТЕЛЯ»

Требуется: 400 г куриных почек, по 2 картофелины среднего размера и моркови, 3 яйца, 70 г вермишели, болгарский перец, 0,5 лимона, 2 ст. л. топленого масла, луковица, соль, лавровый лист, перец по вкусу.

Способ приготовления. Обработайте куриные почки, отварите их, поменяв воду, как только она вскипит. Пока варятся почки, взбейте вместе с мукой яйца и поджарьте их на сковороде на топленом масле. Как только почки сварятся, выньте их из кастрюли и порежьте на мелкие кусочки, чтобы потом подать к столу. В кипящий бульон положите нарезанную соломкой морковь, болгарский перец, лук и порезанный брусками картофель. Через 7 минут добавьте вермишель и все варите до готовности. За несколько минут до готовности выжмите из половинки лимона сок, посолите, поперчите и положите лавровый лист.

Перед подачей на стол положите в тарелку несколько кусочков почек, можете посыпать зеленью петрушки или укропа и заправьте сметаной.

АССОРТИ

«АПОЛЛОНИЯ»

Требуется: 500–700 г филе свежей рыбы, лимон, луковица, 2 ч. л. имбиря, черный молотый перец, пучок молодого зеленого лука, 2 помидора, 200 г капусты, 3 зубчика чеснока, пучок зелени петрушки, 100 г горчичного салата, 250 г майонеза, соль по вкусу.

Способ приготовления. Рыбу нарежьте небольшими кубиками (примерно 3 см), посолите и сбрызните соком одного лимона, поперчите. Репчатый лук очистите и нарежьте тонкими колечками, смешайте с мясом рыбы. Поставьте в холодильник на 30 минут. Чеснок и зеленый лук покрошите как можно мельче. Помидоры нарежьте кубиками. Капусту нашинкуйте тонкими полосочками. Горчичный салат помойте, обсушите на полотенце и выстелите дно салатницы. В отдельную посуду выложите кусочки рыбы, лук, чеснок, помидоры, капусту, имбирь, слегка посолите и тщательно перемешайте с майонезом. Выложите в салатницу, сверху посыпьте мелко рубленой зеленью петрушки и украсьте помидорными колечками.

«БЮРГЕРСКИЙ»

Требуется: 300 г говяжьих мозгов, 150 г сыра, 2 яблока, 3 картофелины, маленькая луковица, соль, перец, майонез.

Способ приготовления. Отварите в подсоленной воде говяжьи мозги и порежьте их на мелкие кусочки. Отдельно отварите картофель, порежьте его кубиками и смешайте с мозгами. Сыр натрите на мелкой терке, яблоки и лук мелко нарежьте и также перемешайте со смесью. Посолите, поперчите и заправьте майонезом. Подавайте к столу в охлажденном виде.

«РОГ ИЗОБИЛИЯ»

Требуется: 400 г копченого мяса, 200 г зеленого горошка, 4 куриных яйца, 250 г крабовых палочек, 150 г устриц, 50 г соевого соуса, соль, 350 г майонеза.

Способ приготовления. Отварите устриц и яйца, мелко покрошите все ингредиенты, посолите и заправьте майонезом.

«УЖИН НА ДВОИХ»

Требуется: 200 г говяжьих мозгов, картофелина, 3 яйца, 100 г консервированного горошка, маленький кочан капусты, яблоко, лучше кислое, 250 г майонеза, 30 г жира для жарения, зеленый

лук, веточки петрушки, соль, перец по вкусу, уксус.

Способ приготовления. Мозги обжарьте до появления золотистой корочки, отложите на некоторое время, чтобы они остыли. Займитесь капустой. Мелко ее нашинкуйте, перетрите с солью и добавьте слабого раствора уксуса, все перемешайте. Затем поставьте ее на небольшой огонь, так тушите 10 минут.

За это время порежьте кубиками яблоки, сваренный заранее картофель и яйца, все перемешайте и добавьте зеленый консервированный горошек. Когда капуста будет готова, переложите ее в салатницу, добавьте остывшие мозги, посолите, поперчите, заправьте майонезом.

Салат по вкусу украсьте зеленью лука и петрушки. Если вы предпочитаете что-то экстравагантное и необычное, украсьте салат дольками мандарина и ломтиками киви, и он приобретет поистине сказочный вкус. К столу подавайте холодным.

МЕЖДУ ПРОЧИМ...

У древнеримского богача по имени Лукулл было весьма своеобразное увлечение – он очень любил давать званые роскошные пиры. Необыкновенными они были по нескольким причинам. Во-первых, на эти пиры мог прийти абсолютно любой человек, начиная от самого влиятельного жителя города и заканчивая бедняком, не имеющим крова. Во-вторых, как свидетельствуют древние записи, на стол подавалось свыше 100 блюд, большинство из которых были экзотическими. Фирменным блюдом этого богатея считался паштет из соловьиных язычков, который подавался к столу в большом чане. Лукулл был не только любителем необыкновенных пиров, но и настоящим гурманом, знающим толк в экзотических блюдах.

«БОЧОНОК С ФАРШЕМ»

Требуется: 10 помидоров одинаковой величины, 1 стакан риса, 300 г почек, луковица, яйцо, немного зелени укропа или петрушки, 100 г сметаны, 25 г жира для жарения, соль, перец.

Способ приготовления. Приготовьте почки для фарша – промойте их, мелко порежьте и поджарьте на сковороде. Постепенно добавляйте мелко нарезанный лук и воду, так тушите почки до готовности. Не забывайте подливать воду при необходимости.

Рис варите отдельно до готовности в соленой воде, после

этого промойте холодной водой, чтобы он не слипался. Когда почки немного подрумянятся, пропустите их вместе с луком через мясорубку и смешайте с вареным рисом, яйцом, солью и перцем.

У помидоров срежьте верхушки и выньте из них сердцевину, только не выбрасывайте верхушки. Наполните их фаршем, смешанным с мякотью, и сверху накройте верхушечками. Смажьте противень каким-нибудь жиром и уложите на него помидоры, поставьте в духовку и выпекайте около 15 минут. Затем посыпьте зеленью петрушки и подавайте к столу. Лучше, если помидоры остынут немного и станут теплыми.

«АЗОВЧАНКА»

Требуется: 300 г телячьих почек, 3–4 картофелины, небольшой кочан капусты, по 2 яблока и апельсина, 30 г жира для жарения, соль, гранат, майонез по вкусу.

Способ приготовления. Сварите телячьи почки в подсоленной воде и откиньте их на дуршлаг, чтобы стекла вода. В это время сварите картофель. Мелко нашинкуйте капусту, тщательно помните ее с солью и отставьте на полчаса, чтобы она дала сок. Далее добавьте к этой смеси порезанный кубиками картофель и зернышки граната, перемешайте.

Готовые почки порежьте небольшими кусочками и обжарьте в жире до появления золотистой корочки. Смешайте с приготовленной уже капустой. Фрукты очистите от кожуры, порежьте небольшими дольками и также положите в салат. Посолите, поперчите, заправьте майонезом и сразу подавайте на стол.

«ОСЕННИЙ ЭТЮД»

Требуется: 200 г сосисок, 5 маринованных огурцов, 6 луковиц, 10 белых грибов, 5 ст. л. растительного масла, соль, зелень петрушки.

Способ приготовления. Белые грибы отварите в подсоленной воде, остудите. Отварите и остудите сосиски. Огурцы и лук нарежьте соломкой, перемешайте, добавьте 1 ст. л. растительного масла и 3 ст. л. огуречного маринада, отставьте на час. Затем добавьте грибы и сосиски, нарезанные соломкой, 2 ст. л. грибного отвара и оставшееся масло. Посолите по вкусу, поставьте на час в холодильник. Переложите салат в салатницу, посыпьте измельченной зеленью и подавайте на стол.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В конце XIX века появилась теория о том, что все гениальное рождается на голодный желудок. Немецкий философ Фридрих Ницше говорил по этому поводу, что сытый желудок склоняет ко сну и праздности, а голодный зовет к действию, приводя в движение мозг творца.

«КОРЕЙСКИЙ АРОМАТ»

Требуется: 2 сосиски, 50 г маргарина, яблоко, сельдерей, 2–3 яйца, по 100 г риса и зеленого горошка, майонез, острые пряности по вкусу.

Способ приготовления. Сосиски отварите и отложи остывать. В сковороде разогрейте масло или маргарин, туда же мелко порежьте лук, а сверху выложите рис, залейте его водой так, чтобы она покрывала его на 1–2 см, посолите и варите до готовности.

К охлажденному рису добавьте кубики сосисок, натертые яблоки, сельдерей (совсем чуть-чуть), измельченные вареные яйца, зеленый горошек – и все перемешайте. Салат заправьте майонезом, перцем и другими пряностями по вкусу.

«ШПИКАЧКИ В РЕДЬКЕ»

Требуется: 100 г шпикачек, 200 г редьки, луковица, морковь, 50 г грецких орехов, 125 г майонеза, 2 ст. л. растительного масла.

Способ приготовления. Редьку натрите на крупной терке. На растительном масле обжарьте мелко нарезанный лук и натертую на крупной терке морковь до золотисто-розового цвета. Колбаску нарежьте кубиками или тонкой соломкой. Орехи слегка обжарьте на сковороде без масла, мелко порубите. Приготовленные продукты смешайте, заправив майонезом. Салат выложите в салатницу горкой, украсьте орехами.

«БАВАРСКИЙ»

Требуется: 1/2 кочана капусты среднего размера, 300 г вареных шпикачек, 250 г майонеза, горсть грецких орехов, соль, сахар, черный молотый перец, зелень петрушки.

Способ приготовления. Капусту сполосните холодной водой,

мелко нашинкуйте и перетрите с солью и сахаром. Колбаску нарежьте тонкой соломкой, смешайте с капустой, поперчите. Орехи слегка обжарьте без масла, мелко порубите, добавьте в салат. Салат заправьте майонезом, переложите в салатницу, украсьте листиками петрушки.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Лев Толстой в зрелые годы был вегетарианцем. Ужин в Ясной Поляне состоял из макарон, овощей и фруктов, на обед подавали холодный свекольник или постные щи. Хлеб готовили по рецепту писателя: муку смешивали с картофелем, который перед тем парили и натирали. На хлеб Толстой намазывал густой слой меда – и все это запивал овсяным киселем.

«ИТАЛЬЯНСКИЕ МОТИВЫ»

Требуется: 200 г самых мелких макарон в виде ракушек, крупная луковица, 1–2 зубчика чеснока, 4 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. красного вина, по 50 г консервированных анчоусов и сухого чернослива без косточек, по 100 г колбасы «салями» и сыра, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления. Отварите макароны по всем правилам до готовности с добавлением 1 ч. л. растительного масла и откиньте на дуршлаг. Измельчите лук, чеснок и пережарьте на растительном масле до золотистого цвета. Порежьте анчоусы на маленькие кусочки. Выложите спагетти в салатницу, залейте жареный лук с чесноком, анчоусы, отмоченный и мелко нарезанный чернослив. Остудите. Порежьте тонкой соломкой салями, а сыр – маленькими кубиками. Размешайте салат сразу перед подачей на стол, посолите, поперчите по вкусу и посыпьте зеленью.

«КИЕВСКИЙ БУЛЬВАР»

Требуется: 2 большие картофелины, 300 г каштанов, 50 г сливочного масла, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления. Хорошо помойте каштаны и очистите их от зеленой оболочки. Картофель в кожуре поставьте варить вместе с каштанами на 25 минут. Когда картошка будет готова, очистите кожуру и снимите с каштанов белую кожицу. Миксером взбейте картошку и каштаны до пюреобразного состояния.

Добавьте туда растопленное сливочное масло, посолите и поперчите по вкусу. Блюдо готово.

«ВИТАМИННАЯ ФАНТАЗИЯ»

Требуется: 1 стакан очищенных грецких орехов, 150 г твердого сыра, 3 зубчика чеснока, 2 листа лопуха, 5 листьев крапивы, 2 ст. л. сметаны.

Способ приготовления. Ядрышки орехов обжарьте, счистите шелуху и растолките. Сыр натрите на мелкой терке. Молодые листья лопуха и крапивы тщательно вымойте, обдайте кипятком, обсушите и пропустите через мясорубку. Смешайте все компоненты со сметаной и подавайте на стол.

«ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ»

Требуется: 6 красных сладких перцев, 2 листика щавеля, 1 стакан очищенных грецких орехов, 1 ч. л. липового меда, 1/2 стакана растительного масла, черный молотый перец.

Способ приготовления. Перец вымойте, разрежьте вдоль, удалите семечки и прожилки. Щавель порежьте соломкой. Грецкие орехи мелко порубите ножом. Все перемешайте, добавьте мед и заправьте растительным маслом. Ешьте салат 2 раза в день в течение месяца, чтобы вернуть бодрость и здоровье.

«ДЕРЕВЕНСКИЙ»

Требуется: 250–300 г маринованных грибов, 2–3 картофелины, небольшая луковица, лук-порей, 1–2 ст. л. уксуса, растительное масло.

Способ приготовления. Картошку отварите в «мундире», очистите от кожуры, порежьте кусочками. Смешайте с грибами и мелко порезанным луком. Добавьте масло, уксус и все перемешайте. Посыпьте зеленым луком.

«ЗДОРОВЬЕ»

Требуется: по 250 г вареной колбасы «Русской» и майонеза, 200 г картофеля, 5 яиц, 120 г соленых огурцов, 2 головки лука, соль, перец.

Способ приготовления. Яйца и картофель отварите, охладите, очистите и порежьте небольшими кубиками. Аналогичным образом нарежьте и соленые огурчики. Добавьте в салат измельченный лук. Смешайте, посолите, поперчите и заправьте майонезом.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

То, что гурманы существовали во все времена и во всех странах, давно известно, но мало кто знает, что самыми понимающими толк в кушаньях были жители Африки. Африканцев заслуженно можно считать гурманами, так как они до сих пор продолжают следовать традициям своих предков, которые употребляли в пищу не только черепах и их яйца, но и обычных земляных червей, между прочим, считающихся настоящим лакомством.

«НА СКОРУЮ РУКУ»

Требуется: 200 г сосисок, по 250 г картофеля и майонеза, 5 яиц, 100 г соленых огурцов, 2 луковицы, 250 г майонеза, соль, 1 ст. л. сливочного масла.

Способ приготовления. Нарежьте лук и обжарьте в сливочном масле. Отварите сосиски, порежьте кружками. Картофель и яйца отварите, очистите и нарежьте кубиками. Порежьте кубиками соленые огурцы, все компоненты смешайте. Посолите салат по вкусу и заправьте майонезом.

ВИНЕГРЕТЫ

«ЗВЕЗДНЫЕ НЕБЕСА»

Требуется: 80 г отварного филе кальмаров, 100 г соленых грибов, 30 г соленых огурцов, 60 г репчатого лука, 200 г картофеля, 20 г свеклы, 50 г свежей вишни, 40 г томатов, зелень, соль, перец по вкусу, майонез.

Способ приготовления. Филе кальмаров, грибы, картофель и помидоры мелко порежьте и сложите в кастрюлю. Огурцы очистите от кожицы и семечек, если это необходимо. Измельчите лук и соедините с остальными продуктами. Из вишни удалите косточки, а мякоть порежьте на четыре части. Свеклу натрите на терке. Все ингредиенты перемешайте, добавьте соль и перец по

вкусу. Заправьте майонезом и украсьте зелеными веточками петрушки.

«ЛЕСНАЯ СКАЗКА»

Требуется: по 150 г ветчины, кислой капусты и копченой грудинки, по 2 небольшие свеклы и луковицы, 3–4 моркови, 4–5 картофелин, 3 соленых огурца, 100 г растительного масла, соль.

Способ приготовления. Картофель, свеклу, морковь отварите, остудите и нарежьте кубиками, а ветчину и грудинку – маленькими кусочками, лук мелко порубите. Винегрет посолите и хорошо перемешайте, заправьте растительным маслом.

«МОРСКОЙ БРИЗ»

Требуется: 200 г креветок, 150 г свежих или сушеных грибов, по 3 соленых огурца, моркови, картофелины, 200 г морской капусты, растительное масло, луковица, небольшая свекла. Способ приготовления. Отварите в подсоленной воде грибы. Креветок тоже отварите и очистите. Все порежьте небольшими кубиками. Выложите в салатницу морскую капусту, порежьте отварные картофель, морковь и свеклу, мелкими кубиками – огурцы, полукольцами – лук. Перемешайте нарезанные продукты, посолите по вкусу и заправьте растительным маслом.

«ВЕСЕЛЫЙ ПОВАР»

Требуется: 1 стакан риса, 250 г белого куриного мяса, 50 г растительного масла, помидор, 100 г сладкой консервированной кукурузы.

Способ приготовления. Слегка обжарьте рис вместе с куриным филе в течение 5 минут. Поставьте варить до готовности. Помидоры порежьте кружочками и смешайте их с кукурузой и куриным филе. Когда рис будет готов, соедините его с овощами и можете подавать к столу.

2. БУТЕРБРОДЫ

САНДВИЧИ

«ПАССАЖИРСКИЙ»

Требуется: 8 ломтиков хлеба, сливочное масло, 100 г ветчины (или колбасы), 2–3 помидора, соль, перец.

Способ приготовления. Нарежьте ветчину, помидоры – кольцами. Хлеб намажьте маслом, на каждый ломтик положите кусочек ветчины, затем помидорчик, посолите и поперчите.

«ЗАКУСОЧНЫЙ»

Требуется: 8 ломтиков хлеба, сливочное масло, по 100 г любого сыра и студня, 2 помидора, горчица, соль.

Способ приготовления. Хлеб намажьте маслом. На каждый ломтик положите кусочек сыра, затем слой горчицы, кусочек студня, помидора, посолите.

«ДАРЫ ЧЕРНОГО МОРЯ»

Требуется: 8 ломтиков хлеба, 200 г соленой сельди, 200 г сливочного масла, 25 г любых сушеных грибов, 1 помидор, 1 яйцо, зелень.

Способ приготовления. Разделайте рыбу и нарежьте маленькими кусочками. Грибы пожарьте и добавьте в рыбу. Туда же положите сливочное масло и хорошо перемешайте.

Яйцо и помидор порежьте кружочками.

Приготовленной селедочной массой намажьте ломтики хлеба. Сверху положите дольки помидора и яйца. Сандвичи украсьте зеленью.

«КОРАБЛИКИ»

Требуется: 8 ломтиков хлеба, 150 г сыра, 4–5 листов салата, 2 помидора (или огурца), сливочное масло, соль.

Способ приготовления. Хлеб намажьте маслом. На каждый ломтик положите лист салата, на салат – кусочек сыра, сверху – кусочек помидора. Посолите.

«ОРЕХОВЫЙ»

Требуется: 8 ломтиков хлеба, 150 г сыра, 1/2 стакана измельченных грецких орехов, 4 редиски, соль.

Способ приготовления. Хлеб намажьте маслом, сверху положите кусочек сыра. Редис нарежьте кружочками, посолите и положите на сыр, посыпьте мелкими орехами.

ИЗ ИСТОРИИ КУЛИНАРИИ

А вот в Шанхае гурманы предпочитали лакомиться ласточкиными гнездами. Такой десерт требовал не только большой ловкости, ведь это лакомство еще требовалось добыть, но и огромного желания. Только самым храбрым и отважным удавалось попробовать это замечательное и необычное блюдо.

«СЕЛЕДОЧНЫЙ»

Требуется: 8 ломтиков хлеба, филе соленой сельди, 5 сладких консервированных перцев, яйцо, масло сливочное, лук зеленый.

Способ приготовления. Перец нарежьте кольцами или соломкой. Филе сельди, яйцо и лук мелко порубите. На ломтики хлеба положите перец, затем сельдь. Посыпьте яйцом и луком.

«АППЕТИТНЫЙ»

Требуется: 1/2 булки хлеба, 1/4 ч. л. черного молотого перца, 3 зубчика чеснока, 4 ст. л. растительного масла, 2 яйца, сваренных вкрутую, филе соленой сельди, 2 луковицы, 2 ст. л. майонеза, соль.

Способ приготовления. Хлеб разрежьте на маленькие ломтики, каждый посолите, поперчите и обжарьте в растительном масле вместе с измельченным чесноком. Лук порежьте кольцами, яйца и филе – небольшими плоскими кусочками. Каждый ломтик смажьте майонезом, затем положите кружок яйца, лук и кусочек рыбного филе.

КАНАПЕ

«ЗАГАДОЧНОЕ»

Требуется: 1/4 буханки хлеба (батона), по 2 апельсина и банана, гранат, 1 стакан сметаны, 1/2 стакана сахара, 1/2 стакана ванильного сахара.

Способ приготовления. Хлеб порежьте тонкими ломтиками. Апельсины и бананы очистите и порежьте небольшими дольками. Нанизывайте на шпажки поочередно дольки апельсина и банана, разделяя их кусочками хлеба. Шпажки поместите в духовку и выпекайте, пока хлеб не подсохнет. В это время приготовьте соус. Взбейте сметану с сахаром, с ванильным сахаром, добавьте зерна граната. Шпажки выложите на тарелку, рядом поставьте соус и приглашайте всех к столу.

«НА ТРОИХ»

Требуется: 100 г ветчины, 50 г сыра, зубчик чеснока, 2 ст. л. майонеза, яйцо.

Способ приготовления. Ветчину нарежьте тонкими широкими ломтиками. Сыр и вареное яйцо натрите на мелкой терке, соедините и заправьте майонезом. Все перемешайте и положите эту массу на кусочки ветчины и сверните рулетики. Каждый рулетик украсьте майонезом и зеленью, наткните на шпажку и уложите на мелкую столовую тарелку.

«БЕЛЬГИЙСКОЕ»

Требуется: 300 г белого хлеба, 80 г сливочного масла, 50 г мяса цыпленка, 3 г зеленого лука, 100 г отварного языка, 75 г майонеза.

Способ приготовления. Ломтики хлеба обжарьте на сливочном масле с обеих сторон и охладите. Сверху намажьте сливочное масло, растертое с горчицей. Вокруг сделайте ободок из языка. Мясо цыпленка отварите, остудите и мелко порежьте. Положите посередине каждого ломтика рубленое мясо цыпленка и слегка залейте майонезом.

«МАРГАРИТА»

Требуется: хлеб, по 200 г сыра и ветчины, 100 г масла.

Способ приготовления. Вырежьте кусочки хлеба формочками от печенья и намажьте сырным маслом, для приготовления которого натрите сыр на мелкой терке и разотрите с маслом. На канапе положите по кусочку ветчины.

«ФАЗАНЬЕ ОПЕРЕНИЕ»

Требуется: 200 г филе фазана, 50 г сливочного масла, 100 г хлеба, 1 ч. л. горчицы, 3 ст. л. майонеза, зелень, перец, соль.

Способ приготовления. Белый хлеб нарежьте тонкими ломтиками и обжарьте на масле. Сливочное масло распустите, смешайте его с горчицей и намажьте на обжаренный хлеб. Фазана отварите, отделите мясо от костей, мелко его порубите, посолите и заправьте майонезом. Приготовленную массу уложите на середину гренок и украсьте зеленью.

«КРАБОВЫЕ КУСОЧКИ»

Требуется: 200 г мяса консервированных крабов, 3–5 ст. л. оливкового масла, 100 г сыра, 150 г маринованного лука, 250 г сырой кольраби (тонкие листья), соус «Шантильи».

Для соуса: 300 г майонеза, сок лимона, 100 г сгущенного молока.

Способ приготовления. Крабовое мясо нарежьте небольшими кубиками, поджарьте на оливковом масле до золотистого цвета. Кольраби и сыр нарежьте кубиками. Наденьте подготовленные компоненты на пластмассовую шпажку вперемешку. Подавайте с соусом «Шантильи» к джину с тоником. Для соуса «Шантильи»: майонез смешайте с соком лимона, добавьте сгущенное молоко, тщательно все перемешайте и подавайте соус охлажденным в соуснике.

«ФРУКТОВАЯ СКАЗКА»

Требуется: 200 г сладких груш, по 100 г сушеных бананов, слив, черешни, 150 г ананаса, 1–3 ст. л. лимонного сока.

Способ приготовления. Груши без семечек нарежьте небольшими кубиками. Сушеные бананы и ананасы нарежьте небольшими кусочками. Сливы и черешни разрежьте пополам, выньте косточки. Наденьте фрукты на пластмассовые шпажки,

сбрызните лимонным соком. Подавайте охлажденными к джину с тоником.

«ПИКАНТНЫЙ ВКУС»

Требуется: 100–150 г вестфальского черного ржаного хлеба (можно заменить обычным черным), 200–250 г маринованной сельди в пряной заливке, 100 г корейки.

Способ приготовления. Хлеб нарежьте небольшими кубиками, слегка подсушите в духовке, чтобы внутри он оставался мягким. Сельдь и корейку нарежьте кусочками. Наденьте все вперемешку на пластмассовые или деревянные шпажки и подавайте к джину с тоником.

«ВОЛШЕБНИЦА»

Требуется: 50 г маленьких консервированных цельных головок лука, 80 г консервированных креветок, по 200 г листьев зеленого салата и консервированного мяса лосося, лимон.

Способ приготовления. Креветки и мясо лосося нарежьте кубиками. Салат вымойте и нарежьте «лапшой». Лимон нарежьте тоненькими кружочками. Наденьте на пластмассовые или деревянные шпажки головку лука, 2–3 кусочка креветок, салат, кусочек консервированного мяса лосося и кружок лимона. Подавайте к джину с тоником.

«ОМАРЫ В ПЕРЦЕ»

Требуется: 100 г красного сладкого перца, по 200 г мандариновых долек и консервированного мяса омаров, 1 ст. л. лимонного сока.

Способ приготовления. Сладкий перец нарежьте так, чтобы удобнее было надевать на шпажки. Мясо омаров нарежьте кусочками и положите на 20 минут в охлажденный лимонный сок. Наденьте на пластмассовые шпажки кусочек сладкого перца, кусочек мяса омара и мандариновую дольку, сбрызните лимонным соком и подавайте к джину с тоником.

ТОСТЫ

С БАЛЫКОМ

Требуется: 1 батон, 200 г балыка, 125 г майонеза, 2 вареных яйца, 2 ст. л. растительного масла, 2–3 зубчика чеснока, зеленый лук.

Способ приготовления. Рубленые яйца смешайте с майонезом и натертым на мелкой терке чесноком. Обжаренные на растительном масле ломтики булки намажьте с одной стороны приготовленной массой. Сверху положите свернутые в трубочку ломтики балыка. Посыпьте мелко нарезанным луком.

С ПЕЧЕНЬЮ ТРЕСКИ

Требуется: 1 батон, 100 г твердого сыра, по 75 г печени трески и сливочного масла, 2–3 зубчика чеснока, молотый красный перец, зелень, 2 ст. л. растительного масла.

Способ приготовления. Тонко нарезанные ломтики батона обжарьте на растительном масле, намажьте массой из натертого на крупной терке сыра, чеснока и сливочного масла, а сверху – тонким слоем печени трески. Посыпьте красным молотым перцем и украсьте зеленью петрушки.

С МЯСНОЙ КОТЛЕТОЙ

Требуется: на 4 ломтика черного хлеба – 4 котлеты, 2 ст. л. растительного масла, 3 ст. л. майонеза, 2–3 зубчика чеснока, 2 яйца, 50 г тушеной моркови, зеленый лук.

Способ приготовления. Ломтики хлеба обжарьте на растительном масле, натрите чесноком, намажьте майонезом. Сваренные вкрутую яйца нарежьте кружочками, уложите на тосты, сверху положите котлеты. Посыпьте все это тушеной морковью и мелко нарезанным зеленым луком.

С КОЛБАСНОЙ МАССОЙ

Требуется: 200 г черного хлеба, 300 г вареной колбасы, 3 луковицы, 50 г твердого сыра, 2 ч. л. горчицы, 15 г сливочного масла, по 3 ст. л. растительного масла и сметаны, соль, перец, зелень.

Способ приготовления. Колбасу порежьте соломкой, сыр натрите на крупной терке, добавьте сметану, горчицу, посолите,

поперчите. Обжарьте на сливочном масле. Ломтики черного хлеба обжарьте на растительном масле. Намажьте ломтики толстым слоем приготовленной массы, посыпьте мелко нарезанной зеленью.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

А вот еще одна история про африканских гурманов. В самых дорогих и экзотических ресторанах посетителям предлагали одно очень необычное блюдо – жареных летучих мышей. Заказчик сам выбирал жертву для своего лакомства из сидящих в клетках прекрасных созданий природы. А вот в Корее предпочитали летучих мышей в супах. Считалось, что от этого суп приобретал необыкновенный вкус и аромат.

С ВЕТЧИНОЙ

Требуется: 200 г хлеба, 5 яиц, 100 г ветчины, луковица, маринованный огурец, черный молотый перец, соль.

Способ приготовления. Яйца сварите вкрутую, порубите. Лук и огурцы нарежьте мелкими кубиками. Все смешайте с майонезом, солью и перцем. Ветчину порежьте тонкими ломтиками, сверните в виде кулечков, положите в них салат и уложите на тосты.

С ПЕЧЕНЬЮ

Требуется: 200 г пшеничного хлеба, 350 г говяжьей печени, 2 луковицы, яблоко, 1 ст. л. жира. Способ приготовления. Говяжью печень слегка отбейте, нарежьте небольшими кусочками и обжарьте. Репчатый лук нарежьте кольцами и спассеруйте. На тосты уложите кусочки печени и лук. Яблоко очистите, удалите сердцевину, нарежьте кружочками и уложите их сверху.

«ГРИБОЧКИ»

Требуется: 200 г хлеба, 400 г отварной говядины, 20 г сушеных грибов, луковица, 125 г майонеза, перец, соленый огурец.

Способ приготовления. Говядину порежьте тонкими ломтиками. Спассеруйте мелко нашинкованный лук. Тосты натрите чесноком, смажьте майонезом, посыпьте луком, а сверху

положите ломтик говядины. Украсьте грибочками и огуречными дольками.

«ЗАКУСОЧНЫЕ»

Требуется: батон белого хлеба, 20 г сливочного масла, 200 г ассорти из рыбы и икры, зеленый лук.

Способ приготовления. Тосты намажьте сливочным маслом и уложите на них несколько разных продуктов из рыбы, сочетающихся по вкусу и цвету: кусочек осетрины – в центре, по углам – немного икры, а по краям – зеленый лук.

«АССОРТИ»

Требуется: по 200 г ржаного хлеба и ветчины, 150 г сыра, по 2 помидора и сладкого перца, 3 яйца, 2–3 зубчика чеснока, лимонный сок, растительное масло.

Способ приготовления. Перемешайте желтки крутого яйца с натертым чесноком, добавьте немного растительного масла и несколько капель лимонного сока. Полученную массу нанесите на тосты, сверху положите тонкие ломтики ветчины. Посыпьте тертым сыром, украсьте зеленью, дольками свежих помидоров и кружочками сладкого перца.

ТАРТИНКИ

«ЛУННАЯ СОНАТА»

Требуется: 150 г свинины, лимон, соль, перец, 2 ст. л. растительного масла, по маленькому пучку петрушки и лука, 50 г плавленого сыра, банан, батон.

Способ приготовления. Свинину нарежьте тонкими ломтиками, отбейте скалкой, а затем обжарьте с обеих сторон в растительном масле, полейте соком лимона, поперчите, посолите. Батон нарежьте кусочками, обжарьте со всех сторон на том же растительном масле. На теплые ломтики батона уложите кусочки свинины, полейте соусом и посыпьте рубленой зеленью. Для соуса измельчите банан и смешайте с плавленым сыром.

«САВОЙСКАЯ»

Требуется: 150 г рыбного фарша, 50 г картофеля, 5 ст. л. растительного масла, 3 луковицы, 30 г сыра, 130 г консервированной кукурузы, 2 яйца, соль, перец, 5 помидоров, майонез. Для соуса: пучок базилика, 250 мл сливок, 5 ст. л. мякоти помидора, яйцо, соль, перец.

Способ приготовления. Картофель нарежьте кубиками и обжарьте в растительном масле. Лук мелко порубите и спассеруйте в том же масле, смешайте с рыбным фаршем. Отварите яйца. Натрите на терке сыр. Кукурузу без жидкости смешайте с сыром и измельченным яйцом. Посолите, поперчите и добавьте все к фаршу. Хлебные ломтики обжарьте с обеих сторон на растительном масле. На них уложите картофель, на него фарш и сверху полейте помидорным соусом. Для соуса взбейте сливки с мякотью помидора и яйцом, добавьте соль, перец и измельченный базилик.

«ПЕРСИЯНКА»

Требуется: 50 г сливочного масла, 5–8 персиков, гроздь винограда, сахар, булка хлеба.

Способ приготовления. Хлеб нарежьте ломтиками, смажьте тонким слоем масла. Персики порежьте на 8—10 частей, уложите на каждый ломтик хлеба и посыпьте сахаром. Между дольками персика уложите виноградинки. Тартинки поместите на смазанный маслом противень и выпекайте в духовке 30 минут. Хлеб должен подрумяниться, а персик и виноград дать сок.

«ПЯТАЧОК»

Требуется: по 40 г картофеля и моркови, пучок зеленого лука, 200 г отварной свинины, 2 ст. л. растительного масла, соль, перец. Для соуса: 50 г сыра гауда, по 20 г сливочного масла и муки, 100 мл молока, соль, перец.

Способ приготовления. Картофель и морковь нарежьте кружочками, отварите в подсоленной воде 15 минут. Через 10 минут добавьте мелко нарезанный зеленый лук. Откиньте овощи на дуршлаг. Мясо обжарьте на растительном масле, посолите, поперчите и нарежьте ломтиками. Добавьте его к овощному фаршу. Хлеб нарежьте ломтиками, уложите на него фарш, полейте все соусом и поставьте запекаться в духовку на 20 минут. Для соуса в растопленном сливочном масле подрумяньте муку, добавьте молоко и прокипятите, всыпьте натертый сыр, соль,

перец.

«ГНОМ-БОРОВИК»

Требуется: 100 г шампиньонов, 1 ст. л. сливочного масла, соль, 4 помидора, 2 луковицы, соль, перец, 2 ст. л. лимонного сока, киви.

Способ приготовления. Грибы мелко нарежьте, посолите и потушите в растопленном сливочном масле. Помидоры разрежьте на 7–8 долек, лук кольцами и сложите все в сковороду. Посолите, поперчите и тушите отдельно 5 минут. Затем добавьте лимонный сок и еще немного потушите. На обжаренные в растительном масле кусочки хлеба уложите грибной фарш, полейте помидорным соусом и украсьте дольками киви.

«ПРИНЦЕССА СУОК»

Требуется: 200 г вишни, 0,5 стакана сахара, 1 стакан сливок, 1–2 ст. л. молотых орехов, 2 ст. л. сливочного масла.

Способ приготовления. Хлеб нарежьте кусочками и обжарьте с обеих сторон на сливочном масле. Вишню отделите от косточек. Сахар взбейте со сливками, добавьте молотые грецкие орехи. На обжаренные кусочки уложите ровным слоем вишню, полейте ее сливками и поставьте на 5–7 минут в духовку.

«ПОСЕЙДОНОВ ДАР»

Требуется: упаковка крабовых палочек, 150 г морской капусты, 2 ст. л. растительного масла. Для соуса: 2–3 ст. л. творога, щепотка мускатного ореха, 5 ч. л. сахара, 1 ст. л. коньяка.

Способ приготовления. Хлеб нарежьте кусочками и обжарьте на растительном масле. Крабовые палочки и морскую капусту мелко нарежьте и перемешайте. Соедините все с соусом и уложите ровным слоем на обжаренные кусочки хлеба. Для соуса пропустите творог через мясорубку, добавьте к нему мускатный орех, сахар и коньяк и перемешайте.

«НА СОЛНЕЧНОЙ ОПУШКЕ»

Требуется: 50 г копченой колбасы, 2–3 соленых огурца, 2 ст. л. сливочного масла. Для соуса: по 1 пучку петрушки и укропа, 50–60 г горчичного масла. Для украшения: горсть черной и красной смородины, зелень петрушки.

Способ приготовления. Копченую колбасу пропустите через мясорубку. Соленые огурцы натрите на терке и соедините с колбасой. Хлеб нарежьте красивыми кусочками, обжарьте на сливочном масле с обеих сторон. Затем намажьте горчичным маслом, соединенным с зеленью, а сверху уложите фарш из копченой колбасы и соленого огурца. Украсьте красной и черной смородиной, листьями петрушки. Для соуса петрушку и укроп измельчите и смешайте с горчичным маслом.

ГЛАВА II
ПЕРВЫЕ БЛЮДА

1. БОРЩИ

«РОССИЙСКИЙ НАВАР»

Требуется: 300–400 г говядины с косточкой, 1,5–2 кг свежей капусты, 3–4 картофелины, луковица, 1–2 моркови, свекла, 2 ст. л. растительного масла, 100 г сметаны, зелень петрушки и укропа, соль, перец, 2 лавровых листа.

Способ приготовления. Мясо залейте холодной водой и варите на медленном огне до готовности. После закипания осторожно шумовкой снимите накипь. Свеклу очистите, натрите на крупной терке, выложите на разогретую сковороду и обжарьте с растительным маслом. Влейте мясного бульона и отставьте тушиться на медленном огне. Мелко нашинкуйте лук, спассеруйте его в растительном масле до золотистого цвета, добавьте натертую на крупной терке морковь, влейте немного мясного бульона и тушите на медленном огне несколько минут. Выложите лук и морковь в кастрюлю с мясным бульоном, дайте покипеть несколько минут. Очищенный и хорошо промытый картофель нарежьте кубиками, положите в кастрюлю с бульоном и дайте закипеть. Добавьте в бульон мелко нашинкованную свежую капусту. Варите до готовности. Насыпьте соль, перец по вкусу. За несколько секунд до готовности положите тушеную свеклу и зелень, лавровый лист, закройте кастрюлю крышкой, поварите 3–5 минут и снимите с огня. При подаче на стол заправьте борщ сметаной.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО…

В разные времена были разные вкусы. Например, в Древней Греции вообще не ели рыбу, ее считали не только невкусной, но и просто отвратительной и даже ядовитой. В древнегреческом эпосе об Одиссее описывалось подобное отношение. В очередном странствии героя на корабле заканчиваются припасы, и «они начинают есть даже рыбу». Сейчас же гурманы не только едят рыбу, но и считают многие дары моря великолепными на вкус и не сравнимыми ни с чем.

«ОСЕННИЙ»

Требуется: 300–400 г говядины с косточкой, 1–1,5 кг белокочанной капусты, 3–4 картофелины, 1–2 луковицы, свекла, заправка для борща, 100 г сметаны, 2–3 ст. л. растительного масла, 1/3 лимона, зелень петрушки и укропа, лавровый лист, соль, перец.

Способ приготовления. Мясо залейте холодной водой, поставьте на сильный огонь и дайте закипеть. Затем убавьте нагрев и осторожно шумовкой снимите накипь. Очищенную свеклу нарежьте мелкими кубиками и обжарьте на растительном масле. Чтобы после кипения в бульоне свекла не потеряла свой цвет, добавьте в нее при жарке лимонный сок. Картофель нарежьте кубиками, положите в бульон и дайте закипеть. Белокочанную капусту мелко нашинкуйте и добавьте туда же. Дайте овощам свариться до готовности и введите заправку для борща. Спассеруйте на растительном масле мелко нарезанный лук и добавьте его в бульон. Приправьте свеклой и лавровым листом. Дайте покипеть несколько минут. Перед подачей на стол заправьте сметаной, рубленой зеленью петрушки и укропа.

Заправка для борща: по 1 кг томатов, болгарского сладкого перца, моркови, 3–4 головки репчатого лука, зелень петрушки, 1 кг соли.

«ГУЛЛИВЕР»

Требуется: 300–400 г говядины или свинины, 2 кг свежей капусты, 4–5 картофелин, 2 луковицы, 1 свекла, 3–4 моркови, 2–3 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. уксуса, зелень петрушки и укропа, 100 г сметаны, соль, перец, лавровый лист.

Способ приготовления. Мясо залейте холодной водой, поставьте на сильный огонь, доведите до кипения, выньте из кастрюли, бульон процедите через марлю или мелкое сито и поставьте на медленный огонь. Мясо отделите от костей, нарежьте кусками средней величины и выложите в бульон вместе с картофелем и свеклой, нарезанными ломтиками. Чтобы свекла после кипения не потеряла цвет, капните в бульон немного уксуса или лимонного сока. Свежую капусту крупно нашинкуйте и положите туда же. Крупно нарезанный лук обжарьте в растительном масле до золотистого цвета, введите в бульон и варите до полной готовности овощей. Заправьте солью, перцем по вкусу, лавровым листом, а перед подачей на стол – сметаной и зеленью петрушки и укропа.

«ЕЛИСЕЕВСКИЙ»

Требуется: 200 г ветчинных костей, 150 г мяса, по 100 г сметаны, ветчины и сосисок, 2 свеклы, 1 кг свежей капусты, морковь, луковица, 2 ст. л. томатной пасты, 1 ст. л. муки, 3 ст. л. маргарина, уксус, лавровый лист, соль, перец, зелень петрушки.

Способ приготовления. Приготовьте мясной бульон, сварите в нем ветчинные кости. Нарежьте овощи соломкой, спассеруйте их вместе с томатной пастой и потушите. Нашинкуйте мелко капусту и выложите ее в кастрюлю, затем добавьте тушеные овощи. Заправьте борщ перцем, солью, лавровым листом.

Приготовьте свекольный настой. Хорошо промытые клубни свеклы мелко нарежьте, положите в кастрюлю с горячим бульоном (1 л на 500 г свеклы), добавьте уксус и доведите до кипения. Выдержите настой на борту плиты некоторое время, затем процедите. Перед подачей в тарелку с борщом добавьте столовую ложку свекольного настоя, куски прогретой вареной говядины, ветчины и сосиску, нарезанную поперек батончика, сметану и зелень.

«НА ЗОРЬКЕ»

Требуется: 800 г карасей, морковь, луковица, 1 кг свежей капусты, 2 свеклы, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. муки, соль, уксус, перец горошком, лавровый лист, зелень петрушки и укропа.

Способ приготовления. Приготовьте и процедите пряный отвар. В кипящий отвар положите нашинкованную крупными кусками капусту и мелко – свеклу. Хорошо проварите овощи. Обжарьте на растительном масле лук, перед окончанием жаренья посыпьте его мукой. Добавьте лук в отвар, затем уксус и прокипятите. Карасей посолите, обваляйте в муке или сухарях, обжарьте с обеих сторон. Опустите их в борщ и вскипятите. Подайте борщ, положив в каждую тарелку рыбу и посыпав зеленью петрушки и укропа.

«ДИЕТИЧЕСКИЙ»

Требуется: 300–400 г мяса птицы (курицы, утки, индюшки), луковица, морковь, свекла, 0,5–1 кг свежей капусты, 2 ст. л. сливочного масла, 1/3 лимона, 100 г сметаны, зелень укропа, лавровый лист, соль, перец, 3–4 картофелины.

Способ приготовления. Разделите тушку птицы, залейте водой, поставьте на сильный огонь, доведите до кипения,

посолите, отставьте вариться на медленном огне. Когда мясо птицы будет почти готово, выньте его из кастрюли, отделите мясо от костей. Мелко нарезанный лук спассеруйте в масле, добавьте мелко нарезанную морковь, влейте немного бульона и потушите. Свеклу сварите или испеките в духовке, затем очистите от кожуры и натрите на крупной терке. Нашинкуйте мелко капусту, нарежьте кубиками картофель. Заложите капусту и картофель в бульон. За несколько минут до снятия с огня, заправьте бульон тушеными овощами и свеклой, добавьте сок лимона, выложите филе птицы. Посолите, поперчите, добавьте лавровый лист. При подаче на стол заправьте сметаной, украсьте зеленью укропа.

«ОРИГИНАЛЬНЫЙ»

Требуется: 50 г белых сушеных грибов, 150–200 г вареного чернослива, вареная или печеная свекла, 4–5 картофелин, 1–2 моркови, 2 луковицы, 4 ст. л. томатной пасты, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. сахара, уксус, соль, перец, лавровый лист, зелень укропа или петрушки, 100 г сметаны.

Способ приготовления. Замочите грибы в воде на час, затем хорошо промойте холодной водой и сварите их в большом количестве воды. Процедите отвар, а грибы нарежьте соломкой. Добавьте нарезанный кубиками картофель, дайте закипеть, затем заправьте спассерованными с томатной пастой овощами. Посолите, поперчите, добавьте лавровый лист, уксус и сахар. Перед снятием с огня выложите в кастрюлю нарезанные соломкой грибы. Отдельно сварите чернослив и отделите его от косточек. При подаче на стол добавьте в каждую тарелку чернослив, заправьте сметаной и украсьте зеленью.

«МАГАДАНСКИЙ»

Требуется: 400–450 г говядины с косточкой, 3–4 свеклы, 400 г морской капусты, луковица, морковь, 1/3 лимона, 3–4 ст. л. растительного масла, 150 г сметаны, зелень петрушки.

Способ приготовления. Мясо залейте холодной водой и варите на медленном огне до полуготовности. Спассеруйте в растительном масле нарезанные соломкой лук, морковь и свеклу. Затем влейте воды и потушите. Морскую капусту добавьте в овощи и потушите до мягкости. Заправьте бульон овощами, посолите, поперчите, положите лавровый лист. Перед подачей на стол заправьте сметаной и украсьте зеленью.

«КИЕВСКИЙ»

Требуется: 800 г мяса птицы, 500 г белокочанной капусты, 80–90 г свиного сала, 2–3 свеклы, 3 ст. л. томатной пасты, 6–8 картофелин, 200–300 г муки, 2 яйца, 1–2 луковицы, 2 моркови, перец, соль, лавровый лист, 1 ст. л. сахара, 100 г сметаны.

Способ приготовления. Обработайте мясо птицы, залейте холодной водой, варите на слабом огне до готовности. Крупно нашинкуйте капусту, выложите ее в кастрюлю с мясом. Затем спассеруйте в сале с мукой лук, морковь и свеклу, добавьте томатную пасту, сахар, потушите и заправьте бульон. Положите в кипящий борщ нарезанный кубиками картофель, добавьте по вкусу соль, перец, лавровый лист. Приготовьте тесто для галушек. Смешайте яйцо, стакан бульона, муку, добавьте соль, перец. В готовый борщ столовой ложкой опустите галушки. Снимите с огня, когда галушки всплывут. При подаче на стол заправьте сметаной.

«САЛЬСКИЕ СТЕПИ»

Требуется: 3–4 свеклы, 4–5 картофелин, 450 г свежей капусты, по 400 г бараньей грудинки и говядины, 100 г фасоли, луковица, 2 моркови, 5–6 ст. л. томатной пасты, 2 свежих яблока, 300–400 г свекольного кваса, 60 г шпика, 1–2 ст. л. сахара, 150 г сметаны, соль, перец, лавровый лист, чеснок, зелень петрушки и укропа.

Способ приготовления. Мясо промойте холодной водой, выложите в глубокую кастрюлю и залейте свекольным квасом. Потушите нарезанные кубиками картофель и овощи. Мелко порежьте баранью грудинку и потушите ее со свеклой и томатной пастой. Отварите фасоль. В кипящий бульон выложите нашинкованную капусту, тушеную баранину и овощи, добавьте к ним сваренную фасоль, специи и варите до готовности. За несколько минут до снятия с огня положите нарезанное яблоко и растертый чеснок, сахар и посолите. При подаче на стол в каждую тарелку положите кусочки говядины, бараньей грудинки, заправьте сметаной и посыпьте зеленью.

2. ЩИ

«ВЕГЕТАРИАНСКИЕ»

Требуется: 1–1,5 кг свежей капусты, 3–4 картофелины, по 1–2 луковицы и моркови, 3–4 помидора или 2–3 ст. л. томатной пасты, лавровый лист, 3 ст. л. растительного масла, соль, перец, зелень петрушки и укропа, 100 г сметаны.

Способ приготовления. Доведите воду до кипения, подсолите и поставьте на медленный огонь. Мелко нашинкуйте свежую капусту, очищенный промытый картофель нарежьте соломкой. Выложите овощи в кипящую воду и отставьте вариться. Очищенный, мелко нарезанный лук спассеруйте в растительном масле до золотистого цвета, добавьте нарезанную соломкой морковь, обжарьте, затем положите нарезанные томаты или томатную пасту, влейте немного воды и потушите. Заправьте тушеными овощами бульон, положите лавровый лист, соль, перец. Перед снятием с огня всыпьте крупно нашинкованную зелень петрушки и укропа. Перед подачей на стол заправьте сметаной. Этот борщ можно есть как горячим, так и в холодном виде.

МЕЖДУ ПРОЧИМ...

Многие африканские племена очень долгое время считали, что самое лакомое и экзотическое блюдо – это печеные личинки муравьев. Сейчас блюдо подается во многих ресторанах Китая, внешне оно напоминает отварной рис. Между прочим, муравьиные личинки, как и рис, едят палочками.

«СЛАВЯНСКИЙ БАЗАР»

Требуется: 300–400 г свиных ребер, 1–1,5 кг свежей капусты, 3–4 картофелины, по 1–2 луковицы и моркови, 20–30 г шпика, по 2–3 ст. л. томатной пасты и растительного масла или свиного сала, 100 г сметаны, лавровый лист, зелень петрушки, соль, перец.

Способ приготовления. Свиные ребра обжарьте до румяной корочки на растительном масле или свином сале, добавьте мелко нарезанный лук и корни петрушки, накройте сковороду крышкой.

Выложите мясо в кастрюлю и залейте холодной водой, поставьте вариться на медленный огонь. Очищенный и промытый картофель нарежьте соломкой и всыпьте в кипящий мясной бульон. Мелко нашинкуйте капусту и выложите туда же. Лук, мелко нарезанный, спассеруйте в растительном масле вместе с нарезанной соломкой морковью, обжарьте, заправьте томатной пастой, влейте немного бульона и хорошо потушите. Бульон посолите, введите по вкусу перец, шпик, лавровый лист и заправьте тушеными овощами. Дайте закипеть и положите крупно нашинкованную зелень. Перед подачей на стол заправьте сметаной.

«БОГАТЫРСКИЕ»

Требуется: по 300–400 г говядины и квашеной капусты, 3–4 картофелины, луковица, 1–2 моркови, 2–3 ст. л. растительного масла, лавровый лист, перец, соль, зелень петрушки и укропа.

Способ приготовления. Мясо залейте холодной водой, доведите до кипения на сильном огне, осторожно удалите накипь и отставьте вариться на медленном огне. Квашеную капусту залейте теплой водой, дайте постоять, затем отожмите и выложите в мясной бульон. Очищенный и промытый картофель нарежьте соломкой и добавьте в бульон. Мелко нарезанный лук спассеруйте в растительном масле, положите нашинкованную соломкой морковь, немного обжарьте, заправьте томатной пастой, влейте мясного бульона и потушите, периодически помешивая. Заправьте бульон тушеными овощами, перцем, лавровым листом, подсолите. Перед снятием с огня заправьте крупно нашинкованной зеленью петрушки, а перед подачей на стол – сметаной.

«ВЕСЕЛАЯ СЕМЕЙКА»

Требуется: 250 г рыбных консервов в томате, 1–1,5 кг свежей капусты, 3–4 картофелины, луковица, 1–2 моркови, 1–2 ст. л. растительного масла, лавровый лист, соль, перец, зелень петрушки.

Способ приготовления. Налейте в кастрюлю холодной воды, доведите до кипения, подсолите, положите нарезанный кубиками картофель. Нашинкуйте свежую капусту, добавьте к картофелю. Спассеруйте мелко нарезанный лук в растительном масле с нашинкованной соломкой морковью, обжарьте немного, влейте

воды и потушите. Заправьте овощной бульон тушеными луком и морковью. Дайте закипеть. В кипящий бульон выложите рыбные консервы, лавровый лист, перец, соль по вкусу, а также крупно нарезанную зелень петрушки. Накройте кастрюлю крышкой и снимите с огня. Рыбные щи можно подавать на стол как в горячем, так и в холодном виде.

«БЕЛГОРОДСКИЕ»

Требуется: 200–300 г говядины с косточкой для навара, 1–1,5 кг капусты, 2–3 картофелины, 1–2 луковицы, 5–6 помидоров, по 2–3 моркови и сладких болгарских перца, 1 ст. л. муки, 2–3 ст. л. растительного масла, лавровый лист, соль, перец, зелень петрушки и укропа.

Способ приготовления. Мясо залейте холодной водой, доведите до кипения на сильном огне, удалите накипь и отставьте вариться на медленном огне. Затем выньте его, отделите от кости, измельчите, дайте остыть. Мелко нашинкуйте свежую капусту. Выложите капусту в мясной бульон, затем нарезанный кубиками картофель. Посолите, сладкий болгарский перец нарежьте мелкой соломкой и всыпьте в бульон. Томаты пропустите через мясорубку и смешайте с бульоном. Спассеруйте лук, добавьте в него нарезанную соломкой морковь, немного обжарьте и выложите в бульон. Муку смешайте с водой и влейте туда же. Заправьте перцем, лавровым листом, измельченным мясом. Дайте прокипеть. Заправьте зеленью петрушки. Подавайте на стол горячим.

«СЕЛЬСКИЕ»

Требуется: 50—100 г сушеных грибов, 100–200 г квашеной капусты, луковица, 2 ст. л. растительного масла, зелень петрушки, 2–3 картофелины, перец, соль, 3 ст. л. томатной пасты.

Способ приготовления. Грибы залейте горячей водой и поставьте на несколько минут отмокать. Квашеную капусту залейте теплой водой, отожмите. Сложите в кастрюлю и залейте кипящей водой, добавьте томатную пасту, закройте крышкой и тушите на медленном огне. Спассеруйте мелко нарезанный лук в растительном масле, добавьте отжатые, мелко нарезанные грибы. Сложите в кастрюлю с капустой, влейте еще воды и ставьте вариться на медленном огне. Картофель порежьте кубиками и добавьте к капусте с грибами, варите на медленном огне до

готовности. Всыпьте перец, соль, крупно нашинкованную зелень петрушки, снимите с огня.

«СЕВЕРНЫЕ»

Требуется: 500 г рыбного филе, 1 кг свежей капусты, 50 г шпика, луковица, 2 ст. л. томатной пасты, соль, перец, лавровый лист, зелень укропа.

Способ приготовления. Положите в кипящую воду мелко нарезанный пассерованный со шпиком репчатый лук, затем нашинкованную капусту, чуть позже добавьте кусочки рыбного филе. Варите до готовности рыбного филе при закрытой крышке на слабом огне. Затем введите пассерованную томатную пасту, соль, перец, лавровый лист. При подаче обильно посыпьте зеленью укропа.

«ФЕРМЕРСКИЕ»

Требуется: 500 г рыбного филе, по 300 г щавеля и шпината, морковь, луковица, по 2 ст. л. муки и растительного масла, 2 яйца, соль, перец горошком, лавровый лист, зеленый лук.

Способ приготовления. Переберите и тщательно промойте листья шпината и щавеля, отварите и вместе с отваром протрите через сито. Слегка обжарьте мелко нашинкованные лук и морковь, за несколько минут до окончания жаренья посыпьте мукой. Разведите овощи горячей водой в нужной для супа пропорции. Добавьте пюре щавеля и шпината, лавровый лист, зелень, перец горошком, соль. Все прокипятите несколько минут. Обжарьте нарезанное некрупными кусками филе рыбы, посолите, поперчите и обваляйте предварительно каждый кусок в муке. При подаче на стол положите в каждую тарелку кусок рыбы, по половинке сваренного вкрутую яйца и нашинкованный зеленый лук.

«САРАТОВСКИЕ»

Требуется: 500 г говядины с косточкой, 50 г сухих белых грибов, 60–70 г соленых грибов, 300 г квашеной капусты, по 1–2 моркови и луковицы, репа, по 3–4 картофелины и зубчика чеснока, 2 ст. л. сливок, соль, перец, лавровый лист, зелень укропа, 150 г сметаны, 2–3 ст. л. растительного масла.

Способ приготовления. Залейте мясо, нарезанный лук, половину моркови и репы холодной водой и варите на медленном огне до готовности, посолите, процедите через мелкое сито. Сваренные овощи можно выкинуть. Потушите квашеную капусту в растительном масле до мягкости и добавьте в бульон. Очищенный картофель и промытые сухие грибы положите в кастрюльку и отварите, после чего грибы выньте и порежьте. Выложите грибы и картофель в бульон с капустой, добавьте мелко нарезанный лук и оставшуюся часть овощей, нарезанных соломкой, положите лавровый лист и перец. Готовые щи заправьте растертым чесноком и мелко нарезанным укропом. Перед подачей на стол добавьте в каждую тарелку сметану и соленые грибы.

«НЕЗАМЕНИМЫЕ»

Требуется: 300–400 г говядины с косточкой, 4–5 ст. л. овсяной крупы, 600 г квашеной капусты, 5–6 картофелин, по 2 моркови и луковицы, 3–4 ст. л. растительного масла, 4–5 ст. л. томатной пасты, соль, перец, лавровый лист, зелень петрушки, 100–150 г сметаны.

Способ приготовления. Приготовьте бульон из говядины, квашеную капусту потушите в растительном масле. Отварите до полуготовности крупу и картофель. Затем выложите капусту и крупу в кипящий бульон, дайте прокипеть, добавьте пассерованные в томатной пасте лук и морковь, посолите, положите лавровый лист, перец и варите до готовности. Готовые щи заправьте сметаной и украсьте зеленью петрушки.

«ПО-БУДАПЕШТСКИ»

Требуется: 700 г квашеной капусты, 200 г вареной колбасы, 300 г копченой грудинки, 150 г копченого сала, 3–4 луковицы, соль, перец, 4 зубчика чеснока, зелень укропа, 150–200 г сметаны.

Способ приготовления. Залейте квашеную капусту и копченую грудинку холодной водой и варите до готовности. Затем выньте грудинку из кастрюли, добавьте нарезанный лук, растертый чеснок и укроп, посолите. Пожарьте мелко нарезанное сало с кружками колбасы. Щи посолите, поперчите. Выложите обжаренное сало и колбасу в кастрюлю. Перед подачей на стол заправьте сметаной и добавьте в каждую тарелку по кусочку грудинки.

ИЗ ИСТОРИИ КУЛИНАРИИ

Самым известным и уважаемым поваром Франции считается Поль Бакюз. Этот человек обладает огромным состоянием, которое он сделал исключительно на качественных и оригинальных блюдах. Поль Бакюз является не только известным гурманом и ценителем произведений кулинарного искусства, но и сам составляет новые рецепты и готовит эти блюда, стараясь сделать их как можно более вкусными, необычными и экзотическими.

«ВЕСЕННИЕ»

Требуется: 800 г свиных ребер, 500 г квашеной капусты, 2 моркови, 1–2 луковицы, 4–5 ст. л. ячневой крупы, 150–200 г сметаны, 2–3 ст. л. томатной пасты, зелень петрушки или укропа, 3 ст. л. жира, соль, перец, лавровый лист.

Способ приготовления. За три часа до приготовления натрите мясо солью. Затем выложите его, нарезанную капусту, пассерованный лук, морковь и промытую крупу в кастрюлю с холодной водой и варите до мягкости. Выньте из супа мясо и отделите его от костей, нарежьте кусочками и положите обратно в суп. Заправьте щи томатной пастой, посолите, добавьте перец, лавровый лист. Перед подачей на стол заправьте сметаной и обильно посыпьте зеленью.

«МЮНХЕНСКИЙ ДЕЛИКАТЕС»

Требуется: 500–600 г свиных копченых ребер, 400–500 г квашеной капусты, 200 г фасоли, 5–6 картофелин, 2 ст. л. жира, 2–3 ст. л. муки, 2 луковицы, 100 г сметаны, соль, перец, лавровый лист, зелень укропа.

Способ приготовления. Отварите мелко нашинкованную капусту до мягкости и добавьте нарезанный лук. Замоченную в кипяченой воде фасоль сварите в этой же воде, а затем протрите и добавьте к капусте. В бульоне от фасоли сварите свиные ребрышки, добавьте картофель, нарезанный кубиками, чеснок и перец. Мясо с ребрышек нарежьте тонкими полосками и вместе с бульоном добавьте к капусте. Приготовьте заправку из жира, муки и томатной пасты. При подаче на стол приправьте сметаной и посыпьте укропом.

«ВОЛЖСКИЕ ПРОСТОРЫ»

Требуется: 700–800 г осетрины, 4–5 картофелин, 800 г свежей капусты, репа, 2 моркови, 1–2 луковицы, 3–4 ст. л. томатной пасты, 3 ст. л. кулинарного жира, соль, перец, лавровый лист, зелень петрушки.

Способ приготовления. Ошпаренные и очищенные головы без жабр и глаз, а также хвосты и плавники положите в кастрюлю, залейте холодной водой и сварите бульон. Вытащите головы и сварите в нем же куски рыбы. Снятую с вареных голов мякоть соедините с кусками вареной рыбы. Нарежьте капусту и положите ее в рыбный бульон, затем добавьте нарезанный соломкой картофель, лавровый лист, перец, соль. Овощи нарежьте соломкой и спассеруйте в жире с томатной пастой, выложите в кастрюлю с капустой и картофелем. Кусочки рыбы выложите в горшочки и залейте щами, заправьте сметаной и украсьте зеленью петрушки.

3. СУПЫ

«ПЛАВАЮЩИЕ ОСТРОВА»

Требуется: 0,5 л говяжьего бульона, 200 г говядины или свинины, 2 луковицы, 3/4 стакана риса, 2 ст. л. томата, 1–2 зубчика чеснока, соль, перец, зелень.

Способ приготовления. Мясо и лук пропустите через мясорубку, добавьте промытый рис, томат, измельченный чеснок, посолите, поперчите, сформируйте небольшие шарики и положите их в горшочки из расчета 4–5 на одну порцию, залейте кипящим бульоном и поставьте в заранее разогретую духовку. За 10 минут до готовности посыпьте зеленью.

«СОРОЧИНСКАЯ ЯРМАРКА»

Требуется: 1 л куриного бульона, 400 г мякоти курицы, 2 яйца, 2 луковицы, соль.

Способ приготовления. Мякоть курицы с луком проверните через мясорубку 2 раза, прибавьте яичные желтки, посолите. Яичные белки взбейте, перемешайте с нарезанной зеленью. Доведите до кипения бульон, перелейте в горшочки. Смоченной в воде чайной ложкой берите небольшие кусочки фарша и быстро опускайте в бульон. Поставьте горшочки в предварительно разогретую духовку. За 5 минут до готовности введите белки с зеленью.

«ВЕСЕЛЫЕ ОГОНЬКИ»

Требуется: 1 л бульона из баранины, 1 стакан риса, 5 помидоров, 4 зубчика чеснока, кинза, соль.

Способ приготовления. Замочите рис на полчаса в холодной подсоленной воде. Сварите бульон из баранины, процедите, выньте мясо. Рис промойте, залейте бульоном, положите очищенные от кожицы и нарезанные кружками помидоры, измельченный чеснок и поставьте горшочки в духовку. Когда рис будет готов, посыпьте кинзой и мелко нарезанной бараниной.

«ЛЕСНЫЕ ДАЛИ»

Требуется: 1 л бульона из свинины, 200 г грибов, 1 стакан риса, 4 ст. л. сливочного масла, 2 луковицы, морковь, соль.

Способ приготовления. Промытые и нарезанные грибы обжарьте на сливочном масле с луком и морковью, отдельно обжарьте промытый и обсушенный рис, пока он не станет прозрачным, выложите рис и грибы в горшочки, залейте горячим бульоном, поставьте горшочки в духовку и варите до готовности риса. За несколько минут до подачи на стол посыпьте зеленью петрушки.

«ХУТОРЯНКА»

Требуется: 1 л куриного бульона, 7 картофелин, 300 г грибов, луковица, морковь, 4 ст. л. растительного масла, лавровый лист, зелень укропа и петрушки, соль, черный перец горошком.

Способ приготовления. Сварите бульон. Половину указанного картофеля очистите, опустите в кипящий бульон и варите до готовности, выньте и разомните до состояния пюре. Лук и морковь нашинкуйте, обжарьте в растительном масле, добавьте промытые и нарезанные грибы и обжарьте их. Полученную массу сложите в горшочки, туда же нарежьте кубиками оставшийся картофель, залейте бульоном с разведенным в нем пюре, положите лавровый лист, черный перец горошком и поставьте в духовку. Когда картофель будет почти готов, всыпьте зелень.

«ЛАСТОЧКИНО ГНЕЗДО»

Требуется: 4 стакана гороха, по 4 луковицы, крупных моркови и небольших репки, по 200 г тыквы и соленого сала, 0,5 стакана растительного масла, черный перец горошком, соль.

Способ приготовления. Горох замочите на 1–1,5 часа. Лук обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Остальные овощи нарежьте мелкими кубиками, а сало – пластинками. Смешайте в горшочках равномерно все ингредиенты, посолите, положите перец горошком, залейте кипятком и поставьте в духовку.

«ГАМБУРГСКИЙ»

Требуется: 1 л бульона, 6 сосисок, 200 г фигурных макарон, 100 г зеленого лука, 50 г маргарина, соль.

Способ приготовления. Сосиски нарежьте кружочками и обжарьте с зеленым луком. Макароны засыпьте в горшочки, выложите сверху сосиски, залейте горячим бульоном, посолите по вкусу и поставьте в духовку.

«ТАТАРСКИЕ БАНТИКИ»

Требуется: 1 л бульона из бараньих костей, 2 стакана муки, 4 ст. л. томатной пасты, 2 головки чеснока, киндза, соль.

Способ приготовления. Сварите бульон. Выньте кости и процедите. Муку посолите, разведите теплой кипяченой водой и сделайте крутое пресное тесто. Дайте ему полчаса постоять. Потом тонко раскатайте, нарежьте ромбиками и посередине защипните. Томатную пасту разведите водой и проварите вместе с толченым чесноком. «Бантики» сложите в горшочки, залейте горячим бульоном, заправьте томатом с чесноком и поставьте ненадолго в духовку. Перед подачей к столу посыпьте мелко нарезанной кинзой.

«СТЕПНАЯ МЕДУНИЦА»

Требуется: 1 л бульона из жирной свинины, 700 г цветной капусты, 3 яйца, 1 луковица, 1 морковь, зелень, соль.

Способ приготовления. Цветную капусту мелко порежьте и смешайте со слегка взбитыми яйцами, посолите и добавьте растертую зелень. Горячий бульон влейте в горшочки, осторожно введите яичную массу, добавьте нарезанные соломкой лук и морковь, поставьте в нагретую духовку и варите 10–15 минут.

«ДАРЫ ПРИРОДЫ»

Требуется: 1 л бульона, 500 г грибов, 250 г муки, 100 г сметаны, 1 яйцо, 1 луковица, 50 г сливочного маргарина, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления. Грибы мелко порубите и потушите с луком. Муку разведите водой, введите яйцо, сметану, соль и сделайте полужидкое тесто. Смешайте его осторожно с тушеными грибами. Налейте в горшочки горячий бульон, а в него струйкой, осторожно помешивая, грибную массу. Посыпьте сверху зеленью

петрушки и поставьте в разогретую духовку.

«БЕССАРАБСКИЕ»

Требуется: 1 кг свинины, 4 початка кукурузы, 1 луковица, 1 морковь, зелень петрушки, соль.

Способ приготовления. Свинину порежьте на небольшие кусочки, зерна кукурузы отделите от початков, сложите мясо с кукурузой в горшочки, залейте холодной водой и поставьте в духовку. Когда вода в горшочках закипит, положите мелко нарезанные лук и морковь, посолите. За 5 минут до готовности посыпьте нарезанной зеленью петрушки.

«БАБУШКИН СЕКРЕТ»

Требуется: 1/2 курицы, 400 г муки, 1 яйцо, зелень петрушки и укропа, соль.

Способ приготовления. Курицу отварите до готовности, слейте бульон. Муку посолите, смешайте с яйцом и водой, замесите крутое пресное тесто, 30 минут дайте постоять. Затем тонко раскатайте, сверните тесто в трубочку и тонко нарежьте. Бульон подогрейте, залейте в горшочки, всыпьте лапшу, поставьте в духовку и варите до готовности. Перед подачей к столу положите в каждый горшочек кусочек курицы и посыпьте зеленью.

«БАБЬЕ ЛЕТО»

Требуется: 0,5 кг мяса, 2 стакана гороха, 1 яйцо, 50 г муки, 4 ст. л. растительного масла, луковица, зелень, черный перец.

Способ приготовления. Мясо нарежьте кусочками, положите в горшочки, залейте холодной водой и поставьте в духовку. Лук мелко порежьте и обжарьте на растительном масле. Горох разварите в небольшом количестве воды, слейте ее, хорошо разомните, остудите, смешайте с мукой, вбейте яйцо, посолите, поперчите, добавьте жареный лук и сформируйте небольшие клецки. Когда мясо в горшочках будет готово, опустите в них клецки и поставьте в духовку на 5 минут.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В Индии долгое время существовал такой обычай: 12-метровой статуе, которая высится в центре огромного

и прекрасного храма Джаганат, в течение дня предлагали 64 разных блюда. Затем все эти блюда раздавали беднякам и бродячим животным. Считалось, что даже если собака выплюнет что-то из еды, она все еще продолжает обладать магическими и исцеляющими качествами и ее совершенно не стыдно употреблять в пищу.

«ФАСОЛЕВЫЙ РАСКАРДАШ»

Требуется: 1/2 курицы, 500 г зеленой фасоли, 0,5 стакана оливкового масла, 2 яйца, 1 луковица, 1 морковь, зелень, соль.

Способ приготовления. Курицу отделите от костей, порежьте кусочками, положите в горшочки, залейте холодной водой, посолите и поставьте в духовку. Стручки зеленой фасоли порежьте на 2–3 части. Лук и морковь мелко порежьте, обжарьте в оливковом масле, всыпьте зеленую фасоль, обжарьте вместе с ней. Выложите в тарелку, охладите, посолите, вбейте яйца. Когда курица в горшочках будет готова, введите фасолево-яичную массу, добавьте зелень и держите в духовке еще 15 минут.

«ГОМЕЛЬЧАНКА»

Требуется: 700 г сушеных белых грибов, 150 г муки, 0,5 стакана растительного масла, 3 соленых огурца, 2 луковицы, 4 картофелины, лавровый лист, зелень, соль.

Способ приготовления. Тщательно промойте теплой водой сушеные грибы и замочите их в холодной воде на 2 часа. Потом переложите в горшочки, залейте этой же водой и поставьте в разогретую духовку. Через час добавьте нарезанный кубиками картофель. Лук и морковь мелко нарежьте, обжарьте в растительном масле, добавьте мелко нарезанные соленые огурцы, потушите вместе с ними, посыпьте мукой, разведите грибным бульоном, положите лавровый лист и потушите еще несколько минут. Когда картофель с грибами будет почти готов, положите в горшочки полученную массу, посыпьте зеленью и поставьте в духовку на 10 минут.

«ОГОРОДНЫЙ»

Требуется: 1 л кислого молока, 50 г листьев молодой

крапивы, 4 яйца, 1 ст. л. сливочного масла, черный перец.

Способ приготовления. Промойте несколько раз молодую крапиву в холодной воде, отожмите и ошпарьте подсоленным кипятком. Откиньте на дуршлаг, мелко порубите и положите в кипящую воду. Поварите суп 10 минут, снимите с огня и заправьте взбитыми яйцами и кислым молоком. Перед подачей к столу положите сливочное масло и посыпьте черным перцем по вкусу.

«ПРАЖСКИЙ ВЕЧЕР»

Требуется: 2 копченые сардельки, 250 г говядины с костью, по 150 г свинины, телятины (или баранины), шпика, зеленого горошка, 350 г моркови, 0,5 кочана капусты, 4 картофелины, по 2 луковицы и помидора, 1 зубчик чеснока, 5–6 горошин черного перца, 2–3 ст. л. зелени петрушки или тертый сыр, лавровый лист, соль.

Способ приготовления. На ночь замочите зеленый горошек. Шпик и мясо залейте 2 л холодной воды и поставьте варить. Через 30 минут добавьте горошек и приправы. Спустя час (мясо почти готово) добавьте нашинкованные картофель, морковь, лук, чеснок и капусту, порезанную тонкими полосками. Нарезанные помидоры добавьте через 10 минут, варите до готовности. Мясо выньте и отделите от костей. Измельчите сардельки и добавьте в суп, дайте еще раз закипеть. Суп разливайте горячим, посыпьте зеленью петрушки, а по желанию и сыром.

«БЫСТРЫЕ ШПИКАЧКИ»

Требуется: 2 л мясного или грибного бульона, 400 г копченой колбасы, 4 картофелины, 2 средние луковицы, большая морковь, 100 г вермишели, 50 г сливочного масла, соль, лавровый лист, коренья и зелень.

Способ приготовления. Коренья и лук нашинкуйте соломкой, морковь натрите на крупной терке. Все это обжарьте на масле и положите в кипящий бульон. Добавьте картофель и шпикачки, нарезанные на кубики. Через 15 минут засыпьте вермишель, добавьте соль, лавровый лист и варите еще 15 минут. Суп перед подачей к столу посыпьте зеленью.

«ПОВСЕДНЕВНЫЙ»

Требуется: 1,5 л любого бульона, 3 ст. л. фасоли, 2 картофелины, 1 морковь, щепотка красного перца, зелень, сметана.

Способ приготовления. Хорошо промойте фасоль холодной водой и замочите ее на 2–3 часа. Поставьте варить в той же воде до готовности. Порежьте кубиками картофель и морковь, добавьте их в бульон и варите до готовности овощей. Добавьте по вкусу щепотку красного перца и подайте к столу, засыпав суп зеленью и добавив сметану по вкусу.

«СТЕПНЯЧКА»

Требуется: 2 л костного бульона, 2 картофелины, 1 морковь, 1 соленый огурец, горстка перловой крупы, сметана по вкусу.

Способ приготовления. Перловую крупу варите до полуготовности отдельно. Бросьте в бульон нарезанные морковь, огурцы и варите 20 минут. Когда перловая крупа будет почти готова, добавьте ее в бульон и тут же положите картофель. Варите рассольник до готовности. При подаче можете заправить сметаной.

«ЩАВЕЛЕВЫЙ»

Требуется: 1 л куриного или мясного бульона, пучок щавеля, яйцо, сваренное вкрутую, 1 картофелина.

Способ приготовления. Картофель нарежьте кубиками и бросьте в горячий бульон. Щавель хорошо промойте под холодной водой и мелко порежьте. Яйцо порежьте кружочками. Когда картошка будет почти готова, бросьте в бульон щавель и яйцо.

«ОВОЩНАЯ СИМФОНИЯ»

Требуется: 1 яйцо, сваренное вкрутую, 150 г белокочанной или цветной капусты, 2 помидора, 1 морковка, 1 маленькая репа, 2 ст. л. консервированного зеленого горошка, 60 г шпината, маленькая головка репчатого лука.

Способ приготовления. Бросьте нашинкованную репу и морковь в кипящую воду и варите овощи до полуготовности. Тем временем нашинкуйте капусту на крупной терке и также опустите в кипящую воду. Помидоры и лук порежьте кружочками, слегка

обжарьте их на сливочном масле и добавьте в суп. Яйцо мелко порежьте, приготовьте шпинат и кладите все в суп за 5 минут до готовности. Зеленый горошек положите в тарелку при подаче супа к столу.

«КАРОТИНОВЫЙ»

Требуется: 5 морковок, 4 картофелины, стебель лука-порея, корень сельдерея, 3 ст. л. сливочного масла, зелень.

Способ приготовления. Нарежьте морковь, лук, сельдерей и потушите в сливочном масле. Затем залейте их горячей водой и добавьте порезанный картофель, посолите. Готовые продукты протрите через сито, добавьте овощной отвар и доведите до кипения. Подавайте со свежей зеленью.

МЕЖДУ ПРОЧИМ...

А знаете ли вы, что готовить вкусные и полезные блюда можно не только на подсолнечном масле. Существует масса различных растительных масел. Название им дается в зависимости от семени, из которого они изготавливаются. К растениям, из семян которых делается масло, относятся лен, хлопок, соя, подсолнух, мак, горчица, кукуруза, арахис и другие. Все эти масла очень полезны и питательны. Они придают пище свой неповторимый вкус.

«ВАРШАВСКИЙ»

Требуется: 500 г цветной капусты, 1 луковица, 1 крупная картофелина, 0,5 стакана простокваши, соль по вкусу, зелень.

Способ приготовления. Очистите капусту и сварите в соленой воде. Картофель и лук крупно порежьте и добавьте к капусте, туда же влейте 1 стакан воды и варите под крышкой. Затем протрите овощи через сито и снова доведите до кипения. Через 5 минут добавьте простоквашу, соль. При подаче украсьте суп зеленью.

«ТОМАТНЫЙ»

Требуется: 6 помидоров, 1 луковица, лист сельдерея, 1 ст. л. муки, 2 ст. л. сливочного масла, молоко, свежая зелень.

Способ приготовления. Помидоры очистите, порежьте,

перемешайте с нарезанными луком и сельдереем. Тушите примерно 10 минут в собственном соку, готовые овощи протрите через сито. Спассеруйте муку в масле, добавьте в тушеные овощи и подлейте 4 стакана воды. Доведите суп до кипения и варите 5 минут. Снимите с огня, посолите, добавьте молоко и посыпьте зеленью.

«АРАБЕСКИ»

Требуется: 250 г картофеля, 50 г молока, сливочное масло, яичный желток, 1 стакан сливок, щавель, сухари.

Способ приготовления. Сварите картофель (не переваривайте) и протрите. Разотрите его в теплом молоке и добавьте масло. Затем положите сливки, желток, все перемешайте. Щавель мелко нарежьте, обжарьте в растительном масле и вмешайте в суп. Предложите к супу тонкие сухарики черного хлеба.

4. УХА

«СВЕКЛОВИНКА»

Требуется: 3 свеклы, 2 луковицы, 350 г свежей капусты, 4 ст. л. растительного масла, 1 стакан муки, 1 ст. л. уксуса, укроп, 1 стакан сметаны, щепотка соли.

Для бульона: 400 г мелкой рыбы, корень петрушки, репчатый лук, лавровый лист, 3 горошины черного перца, щепотка соли.

Для соуса: 0,5 стакана белого вина, 1/4 стакана бульона, 3 ч. л. горчичного порошка, 1 ст. л. растительного масла, ломтик лимона, 1 желток, 1 ст. л. муки.

Способ приготовления. Нашинкованные овощи обжарьте на растительном масле, добавьте муку и 2 ст. л. горячей воды, смешайте с овощной массой. В готовый бульон выложите овощную массу и далее варите, как обыкновенный борщ. Карасей обваляйте в муке и обжарьте. За 12 минут до окончания варки в борщ добавьте соль по вкусу, 1 ст. л. уксуса и жареных карасей. Уху при желании можете заправить сметаной и зеленью петрушки или подайте горчичный соус.

Для бульона подготовленную рыбу залейте холодной водой и поставьте на огонь. После закипания снимите пену, добавьте соль, лук и специи. Варите 30 минут, затем выньте куски рыбы из отвара. Готовый бульон процедите через сито.

Для горчичного соуса смешайте рыбный бульон, вино, горчицу, масло, ломтик лимона и прокипятите. Добавьте муку, желток и доведите до кипения.

МЕЖДУ ПРОЧИМ...

Многие индийские мудрецы считают, что от того, как человек питается, зависит не только его физическое состояние, но и его внутренний и духовный мир. На их взгляд, для того чтобы каждый день быть в полной форме, необходимо задействовать все шесть вкусов: кислое, острое, соленое, вяжущее, горькое и сладкое. Если же какой-то из этих вкусов отсутствует в дневном рационе человека, это приводит ко всевозможным расстройствам в организме.

«МОРСКОЙ ЗАКАТ»

Требуется: 150 г филе любой рыбы, 70 г копченого шпика, по 1 ст. л. риса и сливочного масла, 1 яйцо, 4 ст. л. сметаны, лук репчатый, хрен, перец, зелень, соль и гвоздика по вкусу.

Для картофеля по-французски: 150 г картофеля, яйцо, 1 ст. л. сливочного масла, 0,5 л молока, 10 г сыра, 3 дольки чеснока, мускатный орех, щепотка соли.

Способ приготовления. Нарезанный на кусочки шпик обжарьте с луком и опустите в рыбный бульон. Добавьте рис. Филе обжарьте на сковороде, добавив яйцо, сметану, пряности. Затем куски рыбы опустите в готовый суп и 7 минут поварите. Украсьте мелко нарезанной зеленью и подайте картофель по-французски.

Для бульона рыбные отходы залейте водой, добавьте тертый хрен, гвоздику и варите до готовности. Бульон процедите через сито.

Для картофеля сковороду натрите чесноком, смажьте сливочным маслом, положите нарезанный кубиками картофель. Посолите, поперчите и добавьте мускатный орех. Яйцо смешайте с молоком и залейте картофель. Доведите до готовности. Посыпьте тертым сыром.

«ЯПОНСКИЕ МОТИВЫ»

Требуется: 300 г свежего тунца, 10 г морской зелени, размороженный гарнат, 2 сушеных гриба, 2 ч. л. соуса любого, 3 ореха гинкго, корень петрушки, 2–3 кружочка лимона.

Для шпрот в тесте: 200 г готового теста, 2 банки консервированных шпрот, 1 яйцо.

Способ приготовления. В кипящий бульон опустите размороженный гарнат. Кипятком залейте грибы. Подготовленные грибы, соус, орехи, петрушку, дольки лимона добавьте в бульон и варите 10–15 минут. Готовый бульон разлейте в чашки. Японцы едят руками гарнат, орехи и грибы. А для русских можно подать вилки и шпроты в тесте.

Замесите тесто и раскатайте на тонкие кружочки. Специальной лопаточкой разомните шпроты до однородной кашицы и выложите ее на середину теста. Соедините края теста, смажьте сырым яйцом и выпекайте.

Для бульона залейте тунца водой и доведите до кипения. Добавьте зелень, дайте вскипеть и затем 20 минут варите на слабом огне. Готовый бульон процедите через сито.

«СВЕЖЕЕ ДЫХАНИЕ»

Требуется: 2 стакана растительного масла, 6–7 кусков крупной рыбы, лук репчатый, корень петрушки, перец красный, куркума, мускатный орех, зелень, 3 стакана отвара ромашки, перец черный.

Способ приготовления. В разогретое растительное масло добавьте мелко нарезанные лук и другие пряности. Подготовленную рыбу залейте холодной водой и варите около 50 минут. После закипания добавьте обжаренные пряности, немного отвара петрушки и 5 минут проварите. К готовой ухе подайте вареный картофель и овощное пюре.

«ОКЕАНСКИЙ ПРИБОЙ»

Требуется: 350 г морского гребешка, квас, 4 картофелины, зеленый горошек, по 2 яйца и свежих огурца, 2 ст. л. сметаны, 1 ч. л. сахара, горчица желтая, зелень, щепотка соли.

Для корзиночек: 50 г мякоти морского гребешка, 0,5 л молочного соуса, 1 стакан тертого французского сыра, 2 ст. л. сливочного масла, щепотка соли и перец молотый по вкусу.

Способ приготовления. Мясо вареного гребешка и огурцы мелко нарежьте. Белок и зеленый лук нашинкуйте, желток разотрите с горчицей, сметаной, солью, сахаром и разведите квасом. Добавьте гребешок и огурцы и все перемешайте. Перед подачей посыпьте зеленью и подайте корзиночки с мясом из морского гребешка.

Для корзиночек замесите тесто. Отварите мякоть морского гребешка и мелко его измельчите, подливая молочный соус. Посолите и поперчите по вкусу. Выложите тесто и начинку в форму. Сверху обмажьте размягченным сливочным маслом, посыпьте тертым сыром и выпекайте.

«КОРОЛЕВСКАЯ»

Требуется: 250 г креветок, 150 г свежей капусты, 3 картофелины, 1 морковь, корень петрушки, лук репчатый, 2 огурца консервированных, 40 г маргарина, щепотка соли.

Для корзиночек: 50 г креветок, 1 ст. л. муки, 2 ст. л. сливочного масла, щепотка соли.

Способ приготовления. Подготовленных креветок залейте холодной подсоленной водой и варите от 5 до 10 минут. Вареных креветок выложите и мелко нарежьте. В кипящий креветочный бульон положите нашинкованную капусту, мятый картофель и

петрушку. За 7—12 минут до окончания варки положите креветок, обжаренных на маргарине, и мелко нарезанный лук, огурцы, соль по вкусу. Подайте корзиночки с креветками.

Для корзиночек замесите тесто. Раскатайте и выложите в формы. Отварных креветок измельчите, посолите и залейте рыбным бульоном, тщательно перемешайте. Выложите начинку в формы, сбмажьте растопленным маслом и выпекайте в духовке 5 минут.

«ПОВАРСКАЯ»

Требуется: 100 г рыбной мелочи, 350 г филе мерлузы, лук репчатый, 5 картофелин, коренья, 1 ст. л. растительного масла, ломтик белого хлеба, половинка лимона, имбирь, лавровый лист, 1 ст. л. белого вина.

Для корзиночек: 10 мидий, по 1 стакану рыбного бульона, молока и панировочных сухарей, 2 ст. л. сливочного масла, щепотка соли, перец молотый по вкусу.

Способ приготовления. В кипящий бульон опустите филе мерлузы и варите 20–25 минут. Через некоторое время добавьте нарезанный кубиками картофель, лавровый лист, размягченный ломтик хлеба и пряности. Варите около 10 минут. Снимите с огня, заправьте белым вином и выдержите 5 минут. Перед подачей в каждую тарелку положите дольку лимона. Предложите корзиночки с мидиями.

Для корзиночек замесите тесто и раскатайте его. Выложите в формы. Мидий залейте холодной подсоленной водой и влейте рыбный бульон. Готовых мидий залейте молоком, посолите и поперчите. Мякоть мидий разомните до однородной кашицы и выложите в корзиночки, покройте растопленным маслом, посыпьте панировочными сухарями и запекайте.

Для бульона в холодную воду положите рыбную мелочь, посолите, опустите лук и варите 10–12 минут. Готовый бульон процедите через сито.

ГЛАВА III
ВТОРЫЕ БЛЮДА

1. БЛЮДА ИЗ МЯСА И ДИЧИ

ЖАРКОЕ

«УТИНАЯ ОХОТА»

Требуется: 1 утка, 1 ст. л. маргарина, 1 ст. л. сливочного масла, соль.

Способ приготовления. Тушку посолите, положите спинкой на сковородку с разогретым маслом и жарьте на плите. Чтобы на всей поверхности птицы образовалась румяная корочка, тушку переворачивайте. Затем положите птицу в духовку и доведите до готовности, поливая ее вытопившимся при жарке жиром. Жареную тушку разрубите вдоль грудной кости пополам и каждую половинку еще на несколько частей. Готовую утку положите на тарелку, сбоку обложите гарниром из картошки. Если есть пучок петрушки, это будет отличным украшением.

«ЛУКУЛЛОВ ПИР»

Требуется: 1 кг куриных окорочков, по 200 г растительного масла, майонеза и сыра, 150 г уксуса, соль, перец, петрушка, 50 г сушеных и протертых мидий.

Способ приготовления. Мясо курицы пожарьте на растительном масле с добавлением соли, перца, уксуса и мидий, после этого уложите на политый маслом противень, посыпьте тертым сыром и залейте майонезом, поставьте в духовку на 10 минут. Готовое блюдо украсьте зеленью, в частности петрушкой. Подавайте в горячем виде.

«БЕКАСИННИК»

Требуется: 400 г бекаса, 100 г шпика, 2 морковки, 1 репа, 6–8 картофелин, 2 луковицы, 2 ст. л. 3 %-ного уксуса, 0,5 стакана томатного соуса, перец, соль, зелень.

Способ приготовления. Подготовленные тушки бекасов залейте 3 л холодной воды с уксусом. Маринуйте в течение 3–4 часов, затем нарежьте крупными кусочками и выложите на

кусочки нарезанного шпика. Обжарьте в духовке до полной готовности, остудите, порубите на куски по 30–40 г, положите в кастрюлю, добавьте морковь, репу, петрушку, картофель, лук, посолите, поперчите, залейте томатным соусом и тушите до готовности.

«ГЛУХАРИНЫЙ ТОК»

Требуется: 300 г филе глухаря, 100 г молотых сухарей, 1 яйцо, 1 головка репчатого лука, 0,5 стакана молока, 20 г жира, перец, соль. Способ приготовления. Мясо и лук пропустите через мясорубку, добавьте молотые сухари, яйцо, соль, перец, влейте молоко, все хорошенько перемешайте и дайте постоять 30 минут. Затем выбейте массу, сформируйте из нее хлебцы массой приблизительно 200 г, выложите их на противень, смазанный жиром, и жарьте в духовке, периодически поливая их бульоном, до полной готовности.

«ОХОТНИЧЬЯ УДАЧА»

Требуется: на 1 кг мяса косули – 4 луковицы, 5–6 картофелин, укроп, петрушка и лук, перец, соль.

Способ приготовления. В большую кастрюлю или глубокий котелок уложите мясо и овощи в следующем порядке: слой порезанного небольшими кусочками мяса, слой колец лука, посолите, поперчите и положите сверху слой долек картофеля. Продолжайте укладывать овощи и мясо в той же последовательности, пока емкость не заполнится. Налейте воды вровень с верхним слоем картофеля и поставьте на огонь. Тушите жаркое на небольшом огне до готовности мяса. К столу подавайте со свежей зеленью.

ИЗ ИСТОРИИ КУЛИНАРИИ

Считается, что экзотические блюда можно приготовить только из тех продуктов, которые в данной местности являются очень редкими. В таком случае подобными продуктами для России являются многие лесные ягоды, как, например, голубика и черная малина, а из овощей топинамбур, или как его еще называют, земляная груша. Среди рыб звание самой экзотической до сих пор удерживает сом, а вот из птиц экзотичнее перепелки и куропатки. Любители мяса предпочитают

медвежье сало. Значит, чтобы быть гурманом, совершенно не обязательно ехать в другую страну в поисках самых экзотических животных, необычных ягод и фруктов.

«СЫТИНСКОЕ»

Требуется: 1 кг свинины, по 1 корню сельдерея и петрушки, 1 морковь, 2–3 луковицы, 200 г грибов, 5–6 помидоров или 3 ст. л. томата-пюре, по 4 ст. л. жира и сливочного масла, зелень петрушки и укропа, соль, перец.

Способ приготовления. Мясо обжарьте в жире вместе с нарезанным луком, залейте небольшим количеством воды, добавьте мелко порезанные коренья, посолите, поперчите и тушите на небольшом огне.

Грибы вымойте, мелко нарежьте, обжарьте на сливочном масле и положите в жаркое. Одновременно добавьте нарезанные кружочками помидоры или томат-пюре. Перед подачей к столу посыпьте жаркое рубленой зеленью и украсьте кружочками помидоров.

«ГОРНАЯ ШОРИЯ»

Требуется: 1 кг свинины (вырезка), 350 г сыра, 200 г острого кетчупа, 1 стакан растительного масла, соль, хмели-сунели, красный перец.

Нарежьте мясо крупными кусками и пожарьте на растительном масле с добавлением специй. После этого выложите его в глубокую тарелку и посыпьте тертым сыром, чтобы он подплавился на горячем мясе, через пару минут залейте острым кетчупом. Подавайте с красным вином.

«ТРАПЕЗА МОНАХА»

Требуется: 800 г баранины, 2 ст. л. растительного масла, 4 зубчик чеснока, 1 морковка, пучок петрушки, соль и черный перец по вкусу.

Способ приготовления. Мясо баранины вымачивайте 5 часов в слабокислом растворе яблочного уксуса. Затем обсушите, заверните в полотенце, отбейте деревянным молоточком со всех сторон, нашпигуйте дольками чеснока, а поверхность натрите

толченым с солью чесноком. Уложите мясо на противень с разогретым маслом, посыпьте морковкой, нарезанной соломкой, и запекайте в духовке 30–35 минут, периодически поливая выделяющимся соком. Жаркое нарежьте ломтиками, посыпьте зеленью петрушки. Подавайте с вареной фасолью и квашеной капустой.

«МЕТАМОРФОЗЫ»

Требуется: 1 кг говядины, 200 г лука, 100 г соевого соуса, 150 г сухарей, небольшая тыква, рапсовое масло, соль.

Говядину прокрутите на мясорубке с луком и сухарями. Фарш пожарьте на рапсовом масле. Тыкву разрежьте пополам и выньте внутренности, уложите туда горячий фарш, а сверху полейте соевым соусом.

«ШКАТУЛКА С СЕКРЕТОМ»

Требуется: 0,5 кг филе осетра, 1 кг свинины, оливковое масло, соль, петрушка, набор зубочисток.

Способ приготовления. Пожарьте отдельно на оливковом масле осетрину и свинину, причем свинину нарежьте большими кубиками, а осетрину разделите на толстые полоски. Когда подготовите оба основных ингредиента, на полоску осетрины положите кубик мяса, сверху заверните другим концом осетрины и, добавив петрушку, проткните зубочисткой. Подавайте в теплом виде.

«ЭЛЬТОНСКИЙ ТРАКТ»

Требуется: 1 куропатка, 400 г майонеза, соевый соус, 3 яйца, 1 стакан молока, соль.

Способ приготовления. Куропатку обильно смажьте майонезом, посолите и запекайте в духовке до готовности, чтобы была хрустящая корочка. Потом залейте соевым соусом (по вкусу). Молоко смешайте с куриными яйцами и полейте куропатку, а затем снова поместите в духовку на 3–4 минуты. Подавайте к столу в горячем виде.

«РАЗГУЛЯЙ-ПОЛЕ»

Требуется: 4 кг говяжьего мяса, 400 г лука, 0,5 л растительного масла, соль, специи, 250 г острого соуса, 1 стакан грецких орехов (ядра), 300 г морской капусты.

Способ приготовления. Мясо нарежьте крупными кусками и тушите в жаровне с добавлением растительного масла, специй, соли и лука 2–3 часа. В конце полейте острым соусом и добавьте морскую капусту. К столу подайте горячим.

«КНЯЖЕСКИЕ»

Требуется: 500 г телятины, 100 г растительного масла, 0,5 стакана грецких орехов, 200 г сыра (лучше чеддера), специи, томатный соус, соль.

Способ приготовления. Телятину порежьте крупными порционными кусками и обжарьте в растительном масле на быстром огне со специями. После этого мясо посыпьте тертыми орехами, а сверху уложите сыр и полейте соусом (по вкусу).

«ИСПАНСКИЕ СТРАСТИ»

Требуется: 1 кг свинины, 6 стручков острого красного перца, по 0,5 ч. л. молотой гвоздики и ригана, 500 г помидоров, 2 луковицы, 3 ст. л. измельченной зелени петрушки и сельдерея, 250 г консервированной красной фасоли, 3–4 зубчика чеснока, 3 зеленых груши, средней величины, цуккини, небольшой ананас, сок апельсина, 5 яблок, 2 авокадо, 3 банана, 2–3 лавровых листа, 4 ст. л. кукурузного масла, соль.

Способ приготовления. Влейте в кастрюлю 1 л воды и поставьте ее на огонь. Свинину нарежьте небольшими кусочками длиной не больше 4 см. В кастрюлю с кипящей водой опустите мясо вместе с гвоздикой, риганом и лавровым листом. Варите свинину около получаса.

У стручков острого перца срежьте основания, удалите семена и мелко порежьте. Лук, чеснок, помидоры также нарежьте кусочками, посолите, а затем вместе с перцем поместите в миксер и измельчите.

Когда свинина сварится, бульон из-под нее процедите и тонкой струйкой влейте в измельченные миксером овощи. В сковороду влейте масло, когда оно нагреется, выложите овощную смесь и, непрерывно помешивая, проварите 3–5 минут.

Яблоки, груши и авокадо разрежьте на половинки, удалите из них семечки, снимите кожицу. Затем каждую половинку

разрежьте на 3–4 кусочка. Бананы очистите и порежьте кружками толщиной около 1 см. Очистите ананас и нарежьте его мякоть квадратными кусочками около 2 см. Тщательно промойте цуккини и нарежьте брусочками не толще 1 см.

Из кастрюли с вареной свининой удалите лавровый лист и смешайте мясо с фасолью. Уложите на кусочки мяса ломтики яблок, груш, авокадо, бананов, ананаса, цуккини, сверху полейте соусом из овощей и острого перца и апельсиновым соком. Потушите в течение часа под закрытой крышкой.

«ФРИ СТЕП»

Требуется: 400 г буженины, 200 г морской капусты, 350 г майонеза, 250 г филе радужной форели, 1 стакан растительного масла, соль.

Способ приготовления. Филе радужной форели обжарьте в растительном масле с добавлением майонеза. Буженину нарежьте тоненькими ломтиками и уложите на тарелку, затем положите форель, а по краям морскую капусту.

«ШОТЛАНДСКОЕ ПЮШЕ»

Требуется: 0,5 кг свинины, растительное масло, 200 г сыра, 1 кг картофеля, 100 г сливочного масла, тмин, 150 г лука, соль.

Способ приготовления. Из картофеля приготовьте пюре со сливочным маслом, а мясо пожарьте на растительном, но предварительно спассеруйте лук. Добавьте к мясу тмин и смешайте его с картофельным пюре, а сверху, пока блюдо горячее, посыпьте тертым сыром, чтобы он образовал сплошную корку.

«СТРАСБУРГСКИЙ»

Требуется: 3 кг телячьей печенки, 2 кг соленого шпика, 1 рябчик, 4 трюфеля, 100 г сливочного масла.

Способ приготовления: Печенку порежьте на крупные куски и замачивайте целый день сначала в теплой воде, затем в холодной, посушите, обернув салфетками, потом половину шпика и печенку порежьте на мелкие куски, немного обжарьте на сливочном масле. Снимите с огня и пропустите через мясорубку. Обложите оставшимся тонко нарезанным шпиком дно и края кастрюли,

наполните печенкой на два пальца ниже края, перекладывая трюфелями и филе сырых рябчиков, закройте сверху пластинками шпика и пеките в духовке 1,5 часа. Выньте, слейте жидкость и прижмите тяжелым грузом на 20 кг. Оставьте на день в холодильнике, затем снимите груз.

«МАЛИНОВЫЙ ЗВОН»

Требуется: 18–20 жаворонков, 250 г сливочного масла, 2 луковицы, 0,5 стакана мясного бульона, 100 г белого вина, сок лимона, мускатный орех, соль.

Способ приготовления. Положите в кастрюлю масло, нашинкованные луковицы, немного обжарьте. Посолите, добавьте бульон, мускатный орех, белое вино, лимонный сок, вскипятите, положите жаворонков, варите 10–15 минут до готовности, подавайте с любым острым соусом.

МЕЖДУ ПРОЧИМ...

Изюминкой многих любимых блюд гурманов являются всевозможные пряности, придающие пище не только необычный вкус и аромат, но и делающие ее полезнее, и это давно доказано. Именно по этой причине пряности сегодня занимают достойное место в арсенале лечебных средств и являются очень популярными. Например, острый южноамериканский стручковый перец активизирует кровообращение, а все остальные разновидности перца делают пищу легко усваиваемой. Перцу даже присваивают способность прояснять голову. Многие любители острых ощущений добавляют в чай анисовый перец. Эта сильная, сладковатая пряность, на их взгляд, приятно успокаивает.

«ЧЕБУРАШКА»

Требуется: 16 серых дроздов, 250 г шпика, 1 стакан сливок, по 6 шампиньонов и белых грибов, 2 яйца, 1 луковица, французская булка, 100 г мясного бульона, 70 г белого вина, 50 г лимонного сока, 0,5 ст. л. муки, лук-шалот, соль, перец.

Способ приготовления. Дроздов обжарьте на сливочном масле с луком. Мелкий шпик, мякиш французского хлеба, размоченного в сливках и немного отжатого, сырые яйца, немного соли, перца перемешайте и получившейся смесью нафаршируйте

дроздов. Растопите масло в неглубокой кастрюле, положите рубленые шампиньоны и белые грибы, посолите, поперчите, жарьте, накрыв крышкой, до кипения. Влейте муку, разведенную водой, долейте бульон и лимонный сок. Когда грибы будут почти готовы, подлейте вина и доварите их. Выложите дроздов на блюдо, сервируйте обжаренным на сливочном масле луком-шалотом, гренками, полейте острым соусом.

«ТРИ ТОЛСТЯКА»

Требуется: 2 кг куриных окорочков, специи, 200 г майонеза, 250 г крабовых палочек, 100 г растительного масла, несколько маслин, соль, 350 г столового уксуса, 180 г сыра, 2 луковицы.

Способ приготовления. Мясо курицы (целиком, не снимая с костей) замочите на 2 часа в уксусе. Затем натрите специями, залейте майонезом и жарьте в духовке при температуре 250 °С, предварительно полив противень растительным маслом. Посолите по вкусу. После доведения мяса до кондиции выложите его на тарелку и посыпьте мелко нарезанными сыром, луком, крабовыми палочками, а завершите процедуру добавлением нескольких маслин. Блюдо подавайте в горячем виде.

ГРИЛЬ

«КИТАЙСКИЙ ДЕЛИКАТЕС»

Требуется: 3 морковки, нарезанные кусочками по 3 см, 300 г консервированных ананасов с соком, 100 мл красного вина, по 2 ст. л. оливкового масла и соевого соуса, по 2 ч. л. кукурузного крахмала и сахара, измельченный зубчик чеснока, 400 г нежирной свинины, нарезанной кусочками по 3 см, по 1 красному и зеленому сладкому перцу, нарезанных квадратиками.

Способ приготовления. Сварите морковь. Ананасы нарежьте квадратиками. А теперь приготовьте соус. Смешайте ананасовый сок, уксус, растительное масло, соевый соус, кукурузный крахмал, сахар и чеснок. Сварите до загустения и появления пузырьков. На шампуры для гриля нанижите кусочки свинины, морковь и сладкий перец. Поместите в гриль и жарьте 10 минут, не закрывая его. Периодически смазывайте соусом.

«ВЕЧЕРНИЕ ПОСИДЕЛКИ»

Требуется: 500 г постной баранины, 0,5 стакана воды, 3 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. измельченной мяты, по 1 ст. л. неострой горчицы и растительного масла, измельченный зубчик чеснока, 2 мелких цуккини, нарезанных ломтиками, 1 стакан очень мелких луковок, 5 томатов-«вишенок».

Способ приготовления. Мясо нарежьте соломкой и положите в полиэтиленовый пакет. Приготовьте маринад, смешав воду, лимонный сок, мяту, горчицу, растительное масло и чеснок, и залейте этой смесью баранину. Плотно закройте пакет и маринуйте в холодильнике 3 часа, периодически встряхивая. Затем выньте мясо и обсушите. Варите цуккини около 2 минут. Нанижите на шампуры попеременно луковицы, цуккини и мясо. Поместите в гриль и жарьте 10 минут. За минуту до окончания наколите на конец каждого шампура помидорчик.

«МАУГЛИ»

Требуется: 0,5 кг свинины, по 200 г растительного масла и лука, 100 г острого кетчупа, 400 г картофеля, 250 г сыра, соль.

Способ приготовления. На противень налейте растительное масло и уложите нарезанные кусочки картофеля и мяса, добавьте лук, сверху полейте кетчупом и посыпьте тертым сыром, не забудьте посолить. Противень поставьте в духовку на 40 минут и пеките при температуре 200–250 °С, периодически поливая соком, который скапливается на противне. Блюдо к столу подавайте в горячем виде.

«РЕР»

Требуется: 1 кг говядины, 200 г овсяных хлопьев, 3 стакана молока, соль, 300 г майонеза, 1 головка чеснока.

Способ приготовления. Отварите овсяные хлопья на молоке и добавьте отдельно сваренное мясо, а сверху полейте майонезом, смешанным с чесноком. Ешьте в горячем виде.

«ТАИТЯНКА»

Требуется: 4 куриные грудки без кожи и костей, 0,5 стакана крупно нарезанного репчатого лука, 2 ст. л. лимонного сока, 1 ч. л. измельченного красного перца, соль, специи, карри, измельченный тимьян, сухой имбирь, черный молотый перец, 2

зубчика чеснока, разрезанного на 4 части, сладкий перец, нарезанный на кусочки, маленький цуккини, нарезанный ломтиками, 1 ст. л. масла, 1/4 ч. л. грубо помолотого черного перца.

Способ приготовления. В миксере смешайте лук, лимонный сок, измельченный красный перец, соль, специи, порошок карри, тмин, имбирь, черный перец и чеснок. Выложите цыпленка на блюдо и влейте в него смесь из миксера, чтобы она покрыла внутри все мясо. Затем закройте крышкой блюдо и поставьте в холодильник на полчаса. Пока цыпленок маринуется, нанижите кусочки сладкого перца и кусочки цуккини на вертел, сбрызните маслом и посыпьте черным молотым перцем. Жарьте цыпленка 15 минут, пока мясо не размягчится и не потеряет розового цвета. Смажьте его один раз пряной смесью. В последние 10 минут поместите в гриль овощи, их надо все время поворачивать.

«ХЕЛЛОУИН»

Требуется: 2 яблока, 300 г сливочного масла, 2 ст. л. сидра, соль, перец, 4 ч. л. горчицы, 8 шницелей из индейки (по 100 г), 2 стебля лука-порея, пучок шалфея.

Способ приготовления. Яблоки натрите на терке и обжарьте в 40 г сливочного масла. Затем влейте сидр. Смешайте со 180 г масла, солью и перцем. Отставьте на 5 часов. Приправьте этой смесью шницели. Стебли лука-порея разрежьте на 4 части. Положите вместе с шалфеем на мясо, сверните и закрепите. Поместите в гриль и жарьте 15 минут. Смажьте маслом. Подавайте с яблоками.

«МЯСО ПО-БУЛОНСКИ»

Требуется: 1 кг свинины, 250 г сыра, 500–600 г красного вина, 300 г лука, 500 г помидоров, упаковка зубочисток, соль.

Способ приготовления. Мясо хорошо промойте и дайте полежать в вине около часа, потом нарежьте его кубиками и проткните зубочисткой каждый кусочек. Сверху наденьте колечками нарезанный лук, помидорку и сыр. Подготовив все кусочки, поставьте их в духовку на 20 минут, периодически сбрызгивая их красным вином.

«ТУМАННЫЙ АЛЬБИОН»

Требуется: 0,5 стакана яблочного уксуса, по 1 ст. л. вустерского соуса и горчицы, паприка, черный молотый перец по вкусу, по 1 ч. л. семян сельдерея и соуса из острого перца, 800 г куриного мяса без кожи и соль.

Способ приготовления. Сначала приготовьте соус. В кастрюле смешайте уксус, вустерский соус, горчицу, паприку, перец, семена сельдерея, острый перечный соус и соль. Поставьте на огонь, доведите до кипения и варите 5 минут, непрерывно помешивая. Полученный соус немного охладите и намажьте им куски цыпленка. Затем поместите его в гриль и жарьте, не закрывая, пока не будет готов.

«ЗАПОРОЖСКИЙ СТАН»

Требуется: 200 г свинины, немного свиного сала-сырца, тонкие свиные кишки, 1 луковица, чеснок, вода, соль, перец, свиной жир.

Способ приготовления. Свинину, лук, чеснок пропустите через мясорубку. Добавьте в фарш нарезанное мелкими кубиками сало, воду, соль и специи. Полученной массой начините кишки, варите в подсоленной воде 15 минут, затем обжарьте на решетке в гриле до готовности. При подаче к столу полейте свиным жиром. На гарнир подайте картофельное пюре.

«ОТКРОВЕНИЕ»

Требуется: 100 г говядины, 1–2 луковицы, 1/3 ч. л. 80 %-ной уксусной эссенции, красный молотый перец, анис, семена кориандра, соль.

Способ приготовления. Пропустите через мясорубку мясо, лук, семена кориандра, анис и красный перец. Посолите, добавьте уксусную эссенцию, перемешайте и поставьте на 3 часа на холод. Замаринованное мясо сформуйте в виде небольших колбасок, наденьте на вертелы и поместите в гриль на 10 минут. Подают это блюдо с мелко нарезанным репчатым луком.

ПЕЛЬМЕНИ

«ПАЛАНГА»

Требуется: 2 стакана муки, 0,5 стакана воды, 4 яйца, 200 г

мясного фарша, 2 ст. л. грибов, 100 мл молока, соль.

Способ приготовления. Из муки, воды и яйца замесите крутое тесто. Грибы отварите в подсоленной воде, нарежьте и смешайте с мясным фаршем. Тесто раскатайте, вырежите стаканом кружочки, на середину каждого положите начинку из мясного фарша и грибов, соедините края кружочков, выложите пельмени на поднос и поставьте на полчаса в холодильник. Варите пельмени в кипящей подсоленной воде около 10 минут. Оставшиеся 3 яйца взбейте с молоком и поджарьте омлет, затем разрежьте его на тонкие полоски в виде лапши.

Готовые пельмени выложите в керамическую глубокую посуду, добавьте кусочек сливочного масла, сверху посыпьте полосками омлета.

ИЗ ИСТОРИИ КУЛИНАРИИ

Истории употребления пряностей около 5 тысяч лет. Оказывается, все употребляемые в Европе пряности и специи заморского происхождения, но это не означает, что в Европе их просто нет. Тот же самый перец, шафран, кориандр, шамбала произрастают и в нашей местности.

«СТАРАЯ РИГА»

Требуется: 2 стакана муки, 1 стакан воды, 1 яйцо, 100 г мясного фарша, 100 г сушеных грибов, 1 луковица, соль, 1 ст. л. растительного масла.

Способ приготовления. Из муки, воды и яйца замесите крутое тесто, можете добавить еще муки. Сушеные грибы замочите, отварите в подсоленной воде, мелко нарежьте и обжарьте в растительном масле с луком. Смешайте грибы с мясным фаршем. Тесто раскатайте тонким пластом, вырежите кружочки, в центр каждого положите начинку и защипните края. Поместите пельмени в кипящую воду и варите 15 минут. Подавайте со сметаной или сливочным маслом.

«МЕЦЕНАТ»

Требуется: 0,5 кг пельменей, 400 г мидий, 200 г майонеза, 150 г сыра, соль.

Способ приготовления. Отварите пельмени, отдельно пожарьте мидий и положите в одну тарелку с пельменями. Обильно полейте все майонезом и сверху посыпьте тертым сыром.

Блюдо готово.

«ЗВАНЫЙ ВЕЧЕР»

Требуется: для теста 1 яйцо, 2,5 стакана пшеничной муки, 100–150 г кипяченой воды, соль по вкусу.

Для фарша: 200–250 г говядины, столько же свинины, яйцо, 2 луковицы, 4–5 зубчиков чеснока, соль и черный молотый перец по вкусу.

Способ приготовления. Удалите с мяса все пленки, порежьте его на кусочки небольшой величины. Разрежьте лук на несколько частей. Прокрутите мясо через мясорубку с луком и чесноком (можно обойтись и без чеснока). Тщательно перемешайте фарш, поперчите и вбейте в него яйцо, снова перемешайте.

Для теста: муку высыпьте на стол горкой, в середине сделайте углубление, вбейте в него яйцо, добавьте туда же соль и воду. Все тщательно перемешайте и дайте тесту немного постоять в теплом месте.

Готовое тесто разделите на несколько частей и раскатайте колбаски. Из каждой такой колбаски нарежьте несколько небольших комочков и, обмакивая их в муку, чтобы тесто не липло к рукам, тонко раскатайте их и придайте им круглую форму.

На каждый раскатанный кусочек положите немного (1,5–2 ст. л.) готового фарша. Осторожно залепите края пельменей. Делайте это тщательно и аккуратно, чтобы при варке края не разлеплялись.

Когда все пельмени слепите, положите их на какое-нибудь большое блюдо, посыпанное мукой, и поставьте в холодное место, сверху тоже посыпьте мукой. В течение некоторого времени – не меньше полутора часов – пельмени должны заморозиться до твердого состояния. До того, когда вы соберетесь варить пельмени, они должны храниться в морозилке.

Перед подачей к столу пельмени сварите в подсоленной воде. Кастрюлю наполните водой на 5–7 см до краев и поставьте на огонь. Когда вода закипит, бросьте в нее пельмени (их не должно быть слишком много, чтобы воды было достаточно и пельмени не могли бы склеиться между собой) и варите до тех пор, пока они не всплывут на поверхность – это верный признак того, что они готовы. За несколько (примерно 5–7) минут до полной готовности пельменей посолите воду по вкусу.

Когда все пельмени всплывут на поверхность, выловите их шумовкой и выложите на плоское блюдо. Если подаете на стол

пельмени с бульоном, положите их в глубокую тарелку и добавьте немного бульона.

При подаче к столу заправьте пельмени сметаной, можете подать их с хорошо разведенным уксусом (его нужно поставить на стол в отдельной посуде), майонезом или сливочным маслом.

ГОЛУБЦЫ

«МАЛОРОССИЯ»

Требуется: 1 кг мяса, 1 стакан риса, 400 г сметаны, 1 кочан капусты, 2 луковицы, соль.

Способ приготовления. Мясо с луком пропустите через мясорубку, добавьте промытый рис, 0,5 стакана сметаны, посолите. Капусту разберите на листья, отварите, срежьте черешки и заверните в листья фарш. Сложите голубцы в горшочки, залейте сметаной, разведенной в кипятке, подсолите и поставьте в духовку.

«СИЦИЛИАНЕЦ»

Требуется: 300 г мяса, 800 г белокочанной капусты, 100 г макаронных изделий в виде риса, звездочек или цветочков, 1 луковица средней величины, 1 ст. л. муки, по 2 ст. л. томатного пюре, густой сметаны и сливочного масла, зелень, соль по вкусу.

Способ приготовления. Пропустите мясо через мясорубку. Отварите макаронные изделия до полуготовности, промойте под проточной водой и откиньте на дуршлаг, чтобы стекла вода.

Перемешайте мясо с макаронными изделиями, посолите и поперчите по вкусу. Измельчите луковицу и поджарьте ее на сливочном масле до золотистого цвета и перемешайте с фаршем.

Оторвите листья от вилка и проварите их в кипятке 5–7 минут, чтобы они стали мягкими. Разложите их на столе, чтобы остыли, и осторожно отбейте утолщения у основания.

Заверните фарш на манер конверта в капустные листы. Затем слегка обжарьте их на сковороде, уложите в глубокую кастрюлю.

Подготовьте соус. Прожарьте на сковороде сметану, томатное пюре, муку в 1 стакане воды. Посолите по вкусу и полученным соусом залейте голубцы. Поставьте их тушиться на медленном огне под крышкой на 20 минут. Можно поставить их в духовку, но не накрывайте крышкой.

ИЗ ИСТОРИИ КУЛИНАРИИ

Гурманы постоянно ищут что-то новое и неизведанное. Буквально в каждом городе имеются рестораны для настоящих ценителей экзотических блюд – из устриц, молодых побегов бамбука и т. д. Сегодня для жителей Дальнего Востока, Сахалина и Курильских островов таким оригинальным блюдом считаются так называемые «морские огурцы», или трепанги. Их считают одним из самых вкусных яств. Еще в древности восточные ценители рекомендовали употреблять их в пищу тяжело больным людям, они считали трепангов морским женьшенем.

«КУРШСКАЯ КОСА»

Требуется: 500 г телячьих почек, 1 большой кочан капусты, 3 луковицы, 3 ст. л. риса, 40 г растительного масла, 2 ст. л. томатной пасты, соль, перец, майонез.

Способ приготовления. Отварите почки, пропустите их через мясорубку и отложите минут на 20. Приготовьте остальные ингредиенты для начинки. Обжарьте на растительном масле репчатый лук, коренья моркови и томатную пасту. Когда они будут наполовину готовы, всыпьте туда промытый рис, налейте немного бульона и тушите до готовности.

Из кочана капусты вырежите кочерыжку. Листья отделите друг от друга и залейте кипятком на несколько минут. Затем откиньте через дуршлаг, чтобы вода немного стекла и капустные листья обсохли. В листья уложите начинку – почки, перемешанные с поджаренным луком, морковью и остальными продуктами, заверните и снова обжарьте на растительном масле. Подавайте к столу в горячем виде, посыпанными сверху зеленью петрушки и укропа, политыми майонезом.

ПАШТЕТЫ

«БРИГАНТИНА»

Требуется: 3 куропатки, 500 г телятины, французская булка, 1 стакан молока, 400 г сливочного масла, 3 желтка, 100 г мясного бульона, 1 ст. л. муки, 1/3 лимона, луковица, мускатный орех, соль, перец.

Способ приготовления. Куропаток пожарьте на сливочном

масле, затем нафаршируйте. Нашинкованную луковицу поджарьте на сливочном масле, смешайте с мелко порезанной телятиной, положите французскую булку, намоченную в молоке и выжатую, желтки, соль, перец, мускатный орех, пропустите через мясорубку. Все смешайте и вложите в куропаток. Вскипятите оставшееся масло, положите куропаток и тушите под крышкой. Когда они будут почти готовы, подлейте бульон, тушите еще несколько минут. Разрежьте на куски, выложите на блюдо с нарезанным на мелкие кусочки лимоном.

«ИЗЮМИНКА»

Требуется: 500 г говяжьей печени, 2 морковки, 3 луковицы, 2 ст. л. подсолнечного масла.

Способ приготовления. В течение 10 минут отваривайте печень в молоке. Затем прокрутите ее на мясорубке. Мелко порежьте лук и натрите морковь на крупной терке. Обжарьте лук и морковь в подсолнечном масле до золотистого цвета. Спассерованную массу добавьте в печень и прокрутите все на мясорубке. Паштет разложите в формы.

«НЕ ПРОГЛОТИ ЯЗЫК»

Требуется: 500 г говяжьей печени, по 100 г сала и сливочного масла, 1 морковь, 1 луковица, перец, зелень, лавровый лист, соль, мускатный орех.

Способ приготовления. Печень подготовьте и нарежьте небольшими кусочками. Измельчите морковь, луковицу и петрушку. Все это поджарьте на сале, добавьте лавровый лист и душистый перец. Следите за тем, чтобы печень не пережарилась и не потеряла сочности. Готовую массу пропустите несколько раз через мясорубку (можно протереть через сито или терку).

В однородную массу добавьте по вкусу соль, перец, мускатный орех и сливочное масло, взбейте деревянной лопаткой. Паштет охладите и ешьте с хлебом или без хлеба.

«ЭСТОНСКИЕ ПЕРЕПЕВЫ»

Требуется: 50 г филе сельди, 1 луковица, 250 г творога, 50 г сливочного масла, соль, сахар, молотый красный перец.

Способ приготовления. Филе сельди измельчите, добавьте

лук, натертый на терке или мелко нашинкованный, творог, протертый через сито, сливочное масло, соль, сахар и красный молотый перец.

Ломтики хлеба подсушите в тостере, смажьте горчицей и выложите на них паштет. Бутерброды украсьте кусочками красного сладкого перца и каплями горчицы.

«ЧУДЕСНЫЙ»

Требуется: 500 г мякоти копченой трески, 150 г копченого шпика, 1 морковь, 50 г сыра, 150 г сметаны, 1 ст. л. хрена, соль, сахар.

Способ приготовления. Мякоть копченой трески, шпик, сваренную морковь, сыр пропустите через мясорубку с частой решеткой. Добавьте сметану, столовый хрен, соль, сахар по вкусу.

Массу тщательно перемешайте и взбейте, выложите на тарелку, придайте форму и охладите. Перед подачей украсьте зеленью, ломтиками вареного яйца, колечками помидора.

«ПИКАНТНОСТЬ»

Требуется: 20 г сала, 100 г лука, 150 г молока, 30 г дрожжей, 15 г сухарей, перец, соль, 2 желтка.

Способ приготовления. Растопите в сковороде сало и обжарьте на нем мелко нарезанный лук. В молоке разведите дрожжи, добавьте в него толченые сухари, посолите, поперчите, вылейте смесь в сковороду с луком и, помешивая, держите на огне, пока не загустеет. Желтки разотрите и добавьте в смесь, тщательно перемешайте.

Паштет выложите в салатницу, украсьте рублеными белками, листьями эстрагона, зеленым горошком и каплями острого томатного соуса.

ИЗ ИСТОРИИ КУЛИНАРИИ

В мае 1858 года в Россию приехал знаменитый Александр Дюма, автор «Трех мушкетеров», «Графа Монте-Кристо» и четырехсот других романов. Он давно хотел познакомиться с рецептами русской кухни.

Кроме литературы и женщин, у этого человека-вулкана была еще одна неистребимая страсть – любил он вкусно и обильно поесть. Недаром современники называли его королем гурманов.

Из разных стран, где бывал писатель, он привозил рецепты понравившихся блюд. Самым урожайным на кулинарные записи для Александра Дюма оказался 1858 год, когда он посетил Россию и Закавказье. Под Петербургом, на даче писателя Ивана Панаева, хозяева, зная о гастрономических пристрастиях гостя, решили попотчевать его со всей возможной щедростью блюдами местной кухни. На обед были поданы щи, пироги с кашей и рыбой, поросенок с хреном, утка с яблоками, жаренные в сметане грибы. Однако особое восхищение вызвала у гостя ботвинья – холодное блюдо из кваса, вареных овощей и рыбы.

Съев не одну тарелку этого кушанья, Дюма записал рецепт его приготовления, не отходя от стола. Вот что в нем говорится: «Русское блюдо ботвинья – одно из самых вкусных в мире. Отведав его, я буквально потерял голову. Стакан щавеля и ботву трех свекол слегка отваривают. Стакан крапивы ошпаривают кипятком, затем всю зелень режут мелко, добавляют мелко нарезанный зеленый лук (полстакана) и три корешка свеклы.

Литр хлебного кваса соединяют с четвертью литра кваса белого. Цедру половинки лимона растирают с одной ложкой сахара, добавляют лимонный сок, ложку горчицы, полторы столовые ложки хрена, немного кваса и полстакана свекольного отвара. Перемешивают и вливают основную массу кваса, нарезав туда мелкими кубиками один зеленый огурец. Смесь оставляют на 15–20 минут настаиваться на холоде, а тем временем 8 кусочков по 50 г сырой красной рыбы отваривают в кипящей подсоленной воде с луком, укропом, черным перцем и лавровым листом 10 минут.

Подают ботвинью либо как первое блюдо, либо после горячего первого как „жидкую закуску“. Подкладывают в ботвинью кусочки льда, чтобы она все время была холодной...»

Многие, на его взгляд, диковинки русской кухни Дюма тщательно фиксировал в своем дневнике: «В России жареного поросенка фаршируют гречневой кашей!»

За год до смерти шестидесятисемилетний Александр Дюма уехал из Парижа в небольшое приморское местечко Росков в Бретани, чтобы уединенно написать последний труд в своей жизни – не о смелых

мушкетерах, коварных придворных и захватывающих дух интригах. Последняя книга великого француза посвящена еде – это «Большой кулинарный словарь».

В марте 1970 года Дюма передал издателю Альфонсу Лемеру тысячу страниц рукописи, где рецепты блюд, собранных им в различных странах, перемежались остроумными анекдотами, небольшими эссе об истории продуктов, овощей и вин.

Помимо прочего, «Большой кулинарный словарь» содержал всевозможные забавные рекомендации типа: «Мясо лягушки легко переваривается, оно показано пожилым людям и дамам всех возрастов, ибо вызывает румянец».

Рукопись последнего шедевра Дюма осталась незаконченной, однако после его смерти эту книгу все же издали, и сегодня великого французского писателя можно смело назвать первооткрывателем, ведь именно он одним из первых познакомил европейцев с многообразием российских кушаний. В дневниках многих известных людей Европы того времени отмечено, что если бы не Дюма, они бы так никогда и не узнали, «насколько богата и вкусна русская кухня».

«УЖИН ГУРМАНА»

Требуется: 800 г телятины, 400 г печени, 200 г сливочного масла, 2 стакана сухарей, 450 г муки, яйцо, 0,5 стакана изюма, перец, соль.

Способ приготовления. Телятину нарежьте ломтиками и обжарьте. Печень отварите, пропустите через мясорубку, добавьте молотые сухари, изюм, перец, соль и немного отвара, оставшегося от печени, недолго потушите.

Из сливочного масла, муки и яйца приготовьте слоеное тесто. В форму положите пласт слоеного теста, запеките его до половины готовности. На тесто выложите ломтики телятины и приготовленный печеночный фарш, сверху накройте вторым пластом теста, края защипните, смажьте верхний пласт желтком и запекайте, чтобы тесто зарумянилось. На стол подавайте с грибным или острым томатным соусом.

«ЗАВТРАК КОЧЕВНИКА»

Требуется: 500 г жирной баранины, 200 г ветчины, 100 г сливочного масла, 1 стакан риса, мускатный орех, маргарин, сухари, 1 яйцо, по 200 г муки и масла, специи.

Способ приготовления. Баранину без костей и ветчину отварите в подсоленной воде со специями. Мясо извлеките, а бульон процедите, снимите жир, добавьте сливочное масло, щепотку мускатного ореха и промытый рис. Рис варите под крышкой на слабом огне, пока он не станет рассыпчатым.

Баранину пропустите через мясорубку, немного обжарьте с измельченным луком. Ветчину нарежьте тонкими продолговатыми кусочками, смешайте с рисом.

Форму для выпечки смажьте маргарином, обсыпьте сухарями. Выложите в форму слой риса с ветчиной, на него слой баранины, снова слой риса и опять баранины. Верхний слой вдоль формы смажьте яйцом. Начинку накройте пластом теста, приготовленного из муки, масла и 6 ст. л. холодной воды. Паштет запеките.

«ДОРОЖНЫЙ»

Требуется: 2 курицы, 1 кг говяжьей печени, 200 г сала, 100 г сливочного масла, 1 луковица, перец, соль, лавровый лист, белый хлеб, 6 яиц, 500 г муки, маргарин, сухари.

Способ приготовления. Кур нашпигуйте салом, пожарьте на сковороде со сливочным маслом, нарезанной луковицей, лавровым листом и черным молотым перцем. Извлеките кур, остудите, отделите мясо от костей и нарежьте его ломтиками.

Печень порежьте небольшими кусочками и обжарьте на сливочном масле с нарезанным луком. Пропустите ее через мясорубку, добавьте размоченный в молоке белый хлеб, соль, перец, измельченный мускатный орех и 2 яйца.

Из муки и 4 яиц замесите очень крутое тесто. Форму для запекания смажьте маргарином, обсыпьте сухарями, облепите тестом, положите на дно ряд фарша, ряд кусочков куриного мяса и снова ряд фарша. Накройте начинку слоем теста, края тщательно защипните. Паштет выпекайте в разогретой духовке.

«НАТЮРМОРТ»

Требуется: по 0,5 кг баранины, свинины и говядины, 1 кг креветок, 300 г растительного масла, 400 г лука, 500 г майонеза, 2 головки чеснока, 100 сыра, соль.

Способ приготовления. Все мясо, лук и креветок пропустите через мясорубку, посолите. Фарш пожарьте до готовности на медленном огне, разложите в тарелки и добавьте соус из майонеза с чесноком и тертым сыром. Подавайте в горячем виде.

«РИКИ-ТИКИ-ТАВИ»

Требуется: 500 г гусиной печени, 300 г телячьей печени, 2–3 ломтика белого хлеба, 5 ст. л. сметаны, 3 стакана куриного бульона, 2 ст. л. коньяка, 0,5 стакана маринованных грибов, соль, черный молотый перец по вкусу.

Способ приготовления. Гусиную печень очистите от пленочек, промойте в холодной воде. Телячью печень нарежьте кубиками и отварите до мягкости. Гусиную печень нарежьте полосочками и потушите в курином бульоне. Затем выньте из духовки, посолите и охладите. Гусиную и телячью печень вместе с хлебом пропустите через мясорубку, добавьте сметану, коньяк и мелко нарезанные маринованные грибы, посолите и поперчите. Тщательно размешайте массу, чтобы она стала гладкой. Используйте паштет для бутербродов и в качестве легких закусок.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...

В Греции истинными гурманами весьма ценится очень ядовитая рыба скорпена. Эта рыба сплошь покрыта ядовитыми шипами, которые способны своим ядом убить не только крупных обитателей моря, но и человека, случайно уколовшегося шипом. Зато мясу этой рыбы, как утверждают греческие гурманы, нет равных. Готовится скорпена на оливковом масле и подается с рисом.

«СТАРОРУССКИЙ»

Требуется: 500 г куриной печени, 3 стакана молока, 1–2 луковицы, 1 морковь, 50–70 г сливочного масла, 3–5 ст. л. растительного масла, соль, черный молотый перец по вкусу.

Способ приготовления. Печень тушите в молоке до готовности, пропустите через мясорубку. Репчатый лук очистите и мелко порежьте. Морковь натрите на крупной терке. Спассеруйте нарезанные морковь и лук на растительном масле, пропустите через мясорубку и смешайте с куриной печенью, тщательно перемешайте и пропустите еще раз через мясорубку вместе со сливочным маслом. Поместите готовый паштет в

прохладное место.

ПЛОВ

«ДИЛЕТАНТСКИЙ»

Требуется: 1 кг телятины, 3 стакана риса, 150 г говяжьего жира, 3 морковки, 2 луковицы, 0,5 стакана клюквы, черный перец, соль.

Способ приготовления. Рис замочите в подсоленной воде на час. Телятину нарежьте, обжарьте в жире, посыпьте перцем, добавьте нарезанные лук, морковь соломкой, обжарьте все вместе. Положите мясо с поджаркой на дно горшочков, сверху засыпьте промытый и перемешанный с клюквой рис, посолите и залейте кипятком на 1 см выше риса. Поставьте в духовку и варите 1–1,5 часа.

«ЛИССАБОНСКИЙ»

Требуется: 400–500 г риса, вода, по 50 г сливочного масла и миндальных хлопьев, 1 кг курицы, 600 мл куриного бульона, 150 мл сливок, 200–250 г грибов, соль, 1 ст. л. сухого тархуна.

Способ приготовления. Рис залейте кипящей водой (примерно 900 мл), размешайте, накройте крышкой с отверстием и готовьте 10–15 минут. После этого дайте ему постоять не менее 10 минут.

В небольшой кастрюле нагрейте сливочное масло (1 минута), поджарьте в нем миндальные хлопья до коричневатого цвета, затем выньте специальной ложкой с отверстиями.

Удалите кожицу с 4 кусочков курицы (лучше молодой) и поместите в кастрюлю с маслом, облейте им выступающие части курицы и готовьте 7—10 минут. Чтобы прожарить ее равномерно, переверните кусочки в середине отведенного времени.

Грибы порежьте (по желанию), смешайте с рисом, выложите на курицу. Залейте содержимое кастрюли 3 стаканами горячего куриного бульона (можно из кубика). Доверьте блюдо печке еще на 20 минут.

Сливки (можно свежую сметану) смешайте с сухим тархуном.

Когда плов будет готов, дайте ему постоять 10 минут. Сливки доведите до кипения (1–2 минуты) и полейте ими горячий плов. Сверху выложите жареный миндаль. Удобнее, если сливки и миндаль вы положите на плов, уже выложенный в блюдо.

ИЗ «КУЛИНАРНОГО СЛОВАРЯ» АЛЕКСАНДРА ДЮМА

«Шашлык заслуживает быть присоединенным к французской кухне – это будет драгоценным нововведением для охотников...

Возьмите кусок баранины, лучше филейную часть, порежьте ее на куски величиной с грецкий орех, положите на четверть часа в миску вместе с луком и уксусом, щедро посыпьте солью и перцем.

Тем временем приготовьте жаровню. Нанижи на железный или деревянный вертел кусочки баранины и поворачивайте его над жаровней, пока мясо не изжарится.

Если мясо останется в маринаде на всю ночь или, сняв шашлык с вертела, вы добавите к нему сумаху (высушенные и измельченные в порошок ягоды красного винограда), то шашлык станет еще вкуснее. За время своих путешествий я ничего лучшего не едал».

«ЧЕРЕМШАНЫ»

Требуется: 300–400 г риса, 2–3 луковицы, 0,5 кг баранины, 100 г растительного или топленого масла, 4–5 ст. л. томатной пасты, соль, перец и лавровый лист по вкусу.

Способ приготовления. Промойте рис и замочите его в воде на 1–1,5 часа. Вскипятите 1 л воды, посолите по вкусу и положите в кастрюлю промытый и разбухший рис. Добавьте туда же масло и поставьте на огонь. После закипания уменьшите огонь и, не мешая, варите до тех пор, пока он не впитает в себя всю воду. Полейте его остальным жиром и варите в течение еще 45–50 минут.

Приготовьте баранину – порубите ее на не очень крупные куски, обильно поперчите и посолите по вкусу. Положите мясо на сковороду, смазанную жиром, и пожарьте вместе с мелко порезанным луком. Жарьте до тех пор, пока мясо не станет мягким, но еще не совсем готовым. Потом залейте его горячей водой так, чтобы оно было полностью покрыто, и тушите в закрытой сковороде на небольшом огне до тех пор, пока мясо не будет готово. Добавьте в сковороду томатную пасту и еще немного перца. Высыпьте готовый рис и все перемешайте.

«ТАРТАРЕН ИЗ ТАРАСКОНА»

Требуется: 0,5 кг говядины, 150 г растительного масла, 2 стакана риса, омар, 100 г лука, соль.

Способ приготовления. Пожарьте говяжье мясо с луком на растительном масле. Отдельно отварите рис и омара. На тарелку выложите омара, полностью засыпьте его рисом, а по краям обложите жареным мясом. Подавайте в горячем виде.

«АЭРОПОРТ»

Требуется: 1 курица (или 1 кг куриных окорочков), 1–2 луковицы, 300–400 г риса, 100 г растительного или топленого масла, 4–5 ст. л. томатной пасты, специи и соль по вкусу.

Способ приготовления. Приготовьте рис таким же образом, как это описано выше.

Курицу залейте водой и, посолив, варите до готовности, периодически снимая пену и излишки жира. Когда приготовите, отделите мясо от костей и мелко порежьте.

В сковороду, политую маслом, положите готовый рис и кусочки курицы, добавьте томатную пасту и все перемешайте. Плов варите на небольшом огне в течение 20–30 минут. В конце варки поперчите и, если требуется, еще посолите.

«ОХОТНИЧИЙ»

Требуется: 600 г любой дикой птицы, 1 ст. л. томатной пасты, 1,5 стакана риса, 50 г жира, 1 головка репчатого лука, 2 стакана бульона или воды, морковь, перец, соль.

Способ приготовления. Плов лучше всего готовить из фазана или куропатки. Обработанную тушку птицы разрубите на куски, обжарьте на разогретой с жиром сковороде до образования золотистой корочки. Обжаренные кусочки положите в сотейник, залейте горячим бульоном или водой так, чтобы жидкость полностью закрывала куски. Посолите, поперчите, посуду закройте крышкой и тушите на слабом огне 30 минут.

Репчатый лук мелко нарежьте и пассеруйте с томатом. Морковь нарежьте небольшими кусочками. Рис переберите и хорошо промойте.

В кипящий бульон добавьте нарезанную морковь, спассерованные томат и лук, посолите, засыпьте промытый рис, все перемешайте, накройте посуду крышкой и варите на слабом огне до тех пор, пока рис полностью не впитает жидкость. Затем поставьте плов на час в разогретую до 150 градусов духовку.

РАГУ

«ОСЕННИЙ УЖИН»

Требуется: 300 г баранины без костей, 2 луковицы, по 3 моркови и средних помидора, 400 г картофеля, по 2 ст. л. зеленого горошка и фасоли, небольшой кабачок, 200 г цветной капусты, 3 ст. л. растительного масла, 2 лавровых листа, соль, перец, вода.

Способ приготовления. Мясо нарежьте на кусочки, обжарьте на сковороде. Овощи очистите, нарежьте на небольшие кусочки, выложите их с мясом в котелок, добавьте горошек, фасоль, соль, специи и немного воды. Тушите около 20 минут, подавайте в горячем виде.

«РИО ГРАНДЕ»

Требуется: 10 куриных яиц, 1 кг мяса птицы, 100 г мидий (без ракушек), соль, 1 стакан арахиса, растительное масло.

Способ приготовления. Отварите яйца, мясо и мидий. Порежьте очень мелко яйца, мясо покрупнее, а мидий смелите. Добавьте арахис и пожарьте на растительном масле 15 минут на слабом огне. Подавайте в теплом виде.

«РАГУ ТОРО»

Требуется: 350 г свинины, 200 г сыра, 300 г капусты, 100 г креветок, оливковое масло, соль.

Способ приготовления. Все ингредиенты мелко порежьте, сложите в жаровню и тушите на слабом огне 2 часа, предварительно сдобрив маслом и посолив. По истечении положенного срока дождитесь, пока блюдо остынет.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

В древних веках на территории Испании существовала легенда: если двое влюбленных употребят в пищу один корень мандрагоры, они непременно будут всю жизнь вместе. Подобные легенды существуют буквально в каждой стране и, в основном, такие магические свойства предписываются только экзотическим растениям.

«МИСТЕР ИКС»

Требуется: 250 г фарша, 3–4 томата, 1 луковица, чеснок, болгарский перец, банка консервированной фасоли, приправа, соль по вкусу.

Способ приготовления. Маленькую луковицу нарежьте поперек (желательно потоньше). Болгарский перец разрежьте вдоль и нашинкуйте. Чеснокодавилкой выжмите зубчик чеснока. Все овощи сложите в кастрюлю и потушите 3 минуты в соке небольшого помидора под крышкой.

В тушеные овощи положите фарш, приготовленный из остатков мяса, которое у вас есть. Очистите от кожицы 2–3 крупных помидора, измельчите и добавьте туда же. Посыпьте содержимое сухими пряностями, перемешайте, потушите, не накрывая крышкой, в течение 5 минут. Далее добавьте зеленую консервированную фасоль без маринада, перемешайте и тушите до готовности еще 5 минут.

Готовому рагу дайте отстояться 5 минут, разложите в тарелки и добавьте приправы. К этому блюду органично подойдут ароматные горячие бутерброды с сыром и эстрагоном.

«ИЗОБИЛИЕ»

Требуется: 2 окорочка, 1 морковь, 3 картофеля, ломтик пшеничного хлеба, 3 яйца, 75 г сметаны, 4 корня сельдерея, 1 ст. л. муки, на кончике ножа молотый черный перец, соль, зелень петрушки, 3 ст. л. молотых сухарей, лимонная цедра, 10 г сливочного масла, 1 стакан растительного жира.

Способ приготовления. Промытые куриные окорочка разрубите на куски, залейте горячей водой и варите. После закипания посолите воду. Когда мясо курицы станет мягким, выньте ее из бульона, а вместо него положите корни сельдерея и очищенный картофель. Отварите овощи в бульоне. Затем проверните их через мясорубку.

Обжарьте в масле хлеб, смоченный в молоке, и тоже проверните его через мясорубку вместе с отварным мясом окорочков. Перемешайте мясо с картофелем и сельдереем со сметаной, изюмом, сырым яйцом, мелко порубленными вареными грибами, лимонной цедрой, зеленью петрушки, мукой, перцем и солью. Эту смесь выдержите полчаса. Через 30 минут из приготовленного фарша сделайте крокеты диаметром приблизительно 5 см. Обмакните их во взбитый белок, а затем – в панировочные сухари. Обжарьте крокеты до золотистого цвета в

большом количестве растительного жира на сильно разогретой сковородке. Готовые крокеты выньте из жира, выложите на блюдо и подайте вместе с тертой отварной свеклой и майонезом.

«ПРИНЦЕССА НА ГОРОШИНЕ»

Требуется: 4 куриных ножки, 200 г лука, чеснок, сельдерей, 1 банка консервированных бобов, 100 г бекона, оливковое масло, копченая колбаса, соль, перец.

Способ приготовления. Неизменной частью этого рагу являются куриные окорочка. Порежьте на кусочки мясо и на время забудьте о нем. В большую емкость сложите 2–3 нашинкованных луковицы, выдавленный зубчик чеснока, несколько мелко нарезанных перышек сельдерея. Для вкуса добавьте кусочки бекона (не более 100 г). Все перемешайте, залейте ложкой растительного масла, предпочтительнее оливкового. Поместите в печь на 3 минуты. Не забудьте помешать (хотя бы раз). Затем добавьте в рагу бобы (консервированные, примерно 400 г, без маринада). Если вы приверженец ароматных блюд, добавьте в рагу куриный кубик, разведенный в 1 стакане кипящей воды.

Вернитесь к куриным ножкам: кусочки соедините с основной массой, закройте специальной крышкой (с отверстием). Так как вы готовите настоящее рагу, необходимо разнообразить его мясной состав. В течение 10 минут, пока готовится рагу, выберите 200 г любимой колбасы, например салями, разрежьте ее на порционные кусочки. Каждый из кусочков надрежьте в глубину и уложите на рагу без крышки. Перед этим не забудьте посолить. Желательно выложить рагу на свежие листья салата и дополнить этот французский натюрморт хрустящими тостами.

«СЕМЬ ГНОМОВ»

Требуется: 500 г потрохов, 600 г картофеля, 2 морковки, петрушка, 1 луковица, 0,5 стакана томатного пюре, 1 ст. л. муки, 2 ст. л. масла.

Способ приготовления. Потроха посолите, слегка обжарьте на сковороде. Посыпьте мукой и жарьте еще несколько минут. Затем обжаренные потроха сложите в неглубокую кастрюлю, залейте 2 ст. бульона или воды, добавьте томатное пюре, накройте крышкой и тушите на слабом огне. Через 0,5 часа добавьте очищенные, нарезанные дольками и обжаренные картофель,

морковь, петрушку, лук, перец и лавровый лист. Все это осторожно перемешайте и снова поставьте тушиться на 0,5 часа.

«АМСТЕРДАМСКОЕ»

Требуется: 800 г картофеля, 2 луковицы, 700 г дичи, 1/4 л горячего бульона, 50 г сливочного масла, лавровый лист, 2 шт. гвоздики, на кончике ножа соли и белого перца, 1/4 л горячего молока, 2 ст. л. сливочного масла, яблоко.

Способ приготовления. Картофель поварите в подсоленной воде 30 минут. Лук нарежьте колечками. Птицу нарежьте небольшими кусочками. Бульон разогрейте, масло растопите и поджарьте на нем лук. Добавьте мясо и подрумяньте со всех сторон, потом залейте горячим бульоном. Добавьте специи и потушите под крышкой 20 минут. Духовку разогрейте до 200 °С. Картофель слейте, разомните и добавьте масло. Яблоко очистите и нарежьте ломтиками. Часть рагу из дичи отложите в огнеупорную посуду, накройте его слоем картофельного пюре, затем положите снова слой рагу, на котором разложите ломтики яблок, и накройте картофельным пюре. Переслаивайте до тех пор, пока не используете все компоненты. Верхним слоем должен быть картофель, сбрызните его растопленным маслом. Запекайте в духовке 15 минут. Перед подачей к столу посыпьте зеленью.

«ВЕТЧИНА В ПОЛОСОЧКУ»

Требуется: 300 г копченой ветчины, 4–5 сладких болгарских перцев, 5 помидоров, 2–3 зубчика чеснока, зеленый лук, веточки петрушки и укропа, соль, перец.

Способ приготовления. Копченую ветчину нарежьте тонкими ломтиками и обжарьте в сотейнике. Выложите слоями нарезанные кружочками помидоры и перец, добавьте измельченный чеснок, посолите, поперчите и тушите под плотно закрытой крышкой в течение 25–30 минут.

Перед подачей к столу посыпьте рубленым зеленым луком и украсьте веточками петрушки или укропа.

МЕЖДУ ПРОЧИМ...

Чукчи предпочитают употреблять в пищу немного протухшее мясо, и это не дань экзотике, а жизненная необходимость. Такое мясо намного легче усваивается организмом и позволяет меньше растрачивать энергию,

которая необходима для поддержания необходимой температуры тела.

«КОФЕЙНЫЙ АРОМАТ»

Требуется: 500 г нежирной говядины, 1 крупная луковица, 1 стакан кофе, 3 крупные морковки, 5 ст. л. сметаны, соль, 100 г чернослива, сливочное масло для обжаривания.

Способ приготовления. Говядину очистите от пленок и порежьте небольшими кусочками. В глубокой сковороде разогрейте масло и обжарьте кусочки мяса. Порежьте кольцами лук и выложите его в сковороду. Обжарьте лук вместе с мясом. Мясо немного посолите и тушите еще 10 минут. Сварите крепкий кофе и вылейте 1 стакан кофе в сковороду. Тушите мясо в «кофейном» бульоне 10 минут. Морковь порежьте колечками и выложите в сковороду. Чернослив разрежьте пополам и тушите вместе с мясом еще 5 минут. Перед тем как снять с огня, добавьте сметану.

«ИЗОБИЛИЕ»

Требуется: 2 окорочка, 1 морковь, 3 картофеля, ломтик пшеничного хлеба, 3 яйца, 75 г сметаны, 4 корня сельдерея, 1 ст. л. муки, на кончике ножа молотый черный перец, соль, зелень петрушки, 3 ст. л. молотых сухарей, лимонная цедра, 10 г сливочного масла, 1 стакан растительного жира.

Способ приготовления. Промытые куриные окорочка разрубите на куски, залейте горячей водой и варите. После закипания посолите воду. Когда мясо курицы станет мягким, выньте его из бульона, а вместо него положите корни сельдерея и очищенный картофель. Отварите овощи в бульоне. Затем проверните их через мясорубку.

Обжарьте в масле хлеб, смоченный в молоке, и тоже проверните его через мясорубку вместе с отварным мясом окорочков. Перемешайте мясо с картофелем и сельдереем со сметаной, изюмом, сырым яйцом, мелко порубленными вареными грибами, лимонной цедрой, зеленью петрушки, мукой, перцем и солью. Эту смесь выдержите полчаса. Через 30 минут из приготовленного фарша сделайте крокеты диаметром приблизительно 5 см. Обмакните их во взбитый белок, а затем – в панировочные сухари. Обжарьте крокеты до золотистого цвета в большом количестве растительного жира на сильно разогретой

сковородке. Готовые крокеты выньте из жира, выложите на блюдо и подайте вместе с тертой отварной свеклой и майонезом.

«ЗАПОВЕДНЫЙ»

Требуется: 500–600 г фазана, 1–2 морковки, 2 головки репчатого лука, 6–8 картофелин, 3 корня петрушки, 50–60 г жира, 2 ст. л. томатной пасты, соль, перец.

Способ приготовления. Тушку фазана разрубите на крупные одинаковые кусочки массой приблизительно 50–60 г. Порубленные куски положите на разогретую с жиром сковородку и обжарьте до образования золотистой корочки.

Картофель нарежьте кубиками, а морковь, петрушку, репчатый лук – небольшими дольками, все обжарьте в жире. Обжаренные куски фазана положите в сотейник, залейте горячей водой, добавьте спассерованный томат, посуду закройте крышкой и тушите 30 минут. Затем добавьте обжаренные овощи, перец горошком, соль, лавровый лист и тушите до готовности.

ХАЧАПУРИ

«ПРИВЕТ ИЗ ГРУЗИИ»

Требуется: 1 л молока, 450 г муки, 20 г сухих дрожжей, щепотка соли и немного теплой воды.

Для начинки: 7 яиц, 50 г свинины, по 2 ст. л. оливкового и растительного масла, 150 г сыра, 1 ст. л. сливочного масла, картофель, лук-шалот, зелень, щепотка соли, перец молотый по вкусу.

Для сырного масла: 80 г сливочного масла, 40 г твердого сыра, 5 г красного молотого перца, 3 ст. л. сметаны.

Способ приготовления. Дрожжи разведите в молоке и добавьте в муку, посолите и все тщательно размешайте, понемногу вливая воду. Замесите тесто. Готовое тесто поставьте в теплое место до образования пузырьков. Затем раскатайте и разделайте на лепешки. В середину положите начинку, потом слой теста, затем посыпьте тертым сыром и снова слой теста. Готовое хачапури выпекайте 15–20 минут. Поверхность можно обмазать сырным маслом. Хачапури подавайте горячим с мясным блюдом.

Для начинки отваренный кусок свинины нарежьте кубиками и слегка обжарьте на сливочном масле. Мелко нарезанные

картофель и лук обжарьте на оливковом масле и соедините со свининой. Во взбитые с солью и перцем яйца положите нарезанный кубиками сыр и овощную массу. Все тщательно перемешайте и поджарьте на растительном масле. Посыпьте зеленью.

Для сырного масла тертый сыр смешайте с размягченным маслом, добавьте сметану и взбейте миксером до однородной массы.

«ОБЪЕДЕНЬЕ»

Требуется: 500 г муки, по 1 стакану теплой воды и сахара, 2 стакана растительного масла, щепотка соли, 150 г маргарина, 20 г дрожжей.

Для начинки: 200 г консервированных томатов, 2 ст. л. растительного масла, лук репчатый, 1 зубчик чеснока, 1 ч. л. молотого перца, щепотка соли, зелень, 3–4 ломтика колбасы, маслины, 200 г твердого сыра.

Способ приготовления теста. В муку добавьте разведенные водой дрожжи и замесите тесто. Готовое тесто поставьте в теплое место до образования пузырьков. Добавьте растительное масло и сахар, посолите. Все тщательно перемешайте. Раскатайте и разделайте на лепешки. На середину каждой лепешки положите начинку и покройте сверху слоем теста. Выпекайте 10–13 минут. Подавайте горячим как отдельное блюдо.

Для начинки обжарьте на растительном масле нашинкованные лук и чеснок. Помидоры нарежьте кружочками, посолите, поперчите и тушите 15–20 минут. За несколько минут до окончания тушения посыпьте зеленью и тертым сыром. Сверху положите маслины и ломтики колбасы.

ЧЕБУРЕКИ

«КАВКАЗСКИЕ МОТИВЫ»

Требуется: 350 г муки, 1 стакан воды, щепотка соли.

Для начинки: 200 г куриного мяса, 20 г шпика, лук репчатый, 1 рюмка коньяка, 10 г сухого вина, 1 ст. л. муки, 2 дольки чеснока, 2 ст. л. сливочного масла, 200 г тертого сыра, щепотка соли, черный перец, гвоздика, лавровый лист, кориандр.

Способ приготовления. Замесите тесто и разделайте его на большие круги. На середину каждого круга выложите начинку и

края теста соедините, придав ему форму пельменя. Выпекайте 10–12 минут. Чебурек подайте холодным с овощным салатом.

Для начинки курицу нарежьте на кусочками. Куски натрите солью, перцем, чесноком, облейте коньяком, обсыпьте пряностями и сложите в жаровню. Положите лавровый лист. Лук с мукой обжарьте на сливочным масле до золотистого оттенка. Готовые куриные куски залейте сухим вином и посыпьте сыром.

«ДЯДЮШКА СКРУДЖ»

Требуется: 200 г муки, 1 стакан теплой воды, щепотка соли.

Для начинки: 200 г утиного мяса, 2 ст. л. сливочного масла, лук репчатый, 3 ст. л. томатной пасты, уксус по вкусу, 1 рюмка белого вина, по 2 ст. л. лимонного сока и киндзы, зелень укропа, 3 зубчика чеснока, по щепотке соли и молотого перца.

Способ приготовления. Замесите тесто и разделайте его на большие круги. Выложите начинку, соедините края теста, придав форму пельменей.

Для начинки утиное мясо нарежьте кусочками. Обмажьте сливочным маслом и выложите в жаровню. Измельченный лук перемешайте с томатной пастой, уксусом и вином, с лимонным соком. Посыпьте зеленью, посолите и поперчите. Поставьте тушить на 20–30 минут.

«ЗАВТРАК НА ТРАВЕ»

Требуется: 500 г муки, 300 г сливочного масла, 250 мл воды, щепотка соли.

Для начинки: 150 г мясного фарша, 50 г шампиньонов, 100 г сыра, 1 ч. л. белого перца, яйцо, 80 г говяжьего языка, 90 г салями, щепотка соли.

Способ приготовления. В просеянную муку налейте воды, посолите и вымешайте до гладкой поверхности. На 15 минут тесто поставьте в холодильник. В охлажденное тесто положите сливочное масло и снова тщательно вымесите. Раскатайте и разделайте на круги. На середину каждого круга положите слоями начинку, края теста соедините, придав форму пельменей.

Для первого слоя фарш посолите, поперчите и помажьте яйцом. Для второго слоя мелкими кусочками нарежьте грибы, язык, колбасу, сыр и все перемешайте. Для третьего слоя нарезанный огурец смешайте с солью и зеленью.

«НА БЕРЕГАХ РИОНИ»

Требуется: 500 г муки, 250 мл теплой воды, щепотка соли. Для начинки: 100 г ветчины, 2 желтка, 60 г сыра «Гауда», лук-порей, зелень, щепотка белого перца и стручок красного перца.

Для соуса: 50 г свежих грибов, лук репчатый, 2 ст. л. сливочного масла, 3 ст. л. муки, 1 чашка мадеры и 1 чашка любого вина.

Способ приготовления. Замесите пресное тесто. Для этого в муку влейте немного воды и посолите. Раскатайте тесто и разделайте его на большие круги. На середину одного круга выложите начинку, залейте соусом и покройте верхним кругом, соедините края теста. Выпекайте 15–20 минут. Чебурек подавайте горячим с куриным бульоном.

Для начинки ветчину и сыр нарежьте кубиккми, смешайте с желтками, зеленью, перцем.

Для соуса на масле обжарьте мелко нарезанный лук с мукой, постепенно вливая вино. Проварите на медленном огне 15 минут, добавив соль и перец. Минут через 7 положите нарезанные кружками грибы.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...

Большинство гурманов считают, что следует отдавать предпочтение фруктам и овощам ярко-красного цвета, так как в них содержится больше витаминов, следовательно, они полезнее. Именно по этой причине большинство из них просто обожают клубнику со сливками и арбузное варенье. Оспорить данное утверждение весьма сложно, так как это мнение не только людей, прекрасно разбирающихся в пище, но и многих врачей.

«ВКУСНАЯ ИСТОРИЯ»

Требуется: 450 г кукурузной муки, 250 мл теплой воды, щепотка соли.

Для начинки: 200 г мясного фарша, 2 ч. л. белого перца, яйцо, 50 г маринованных грибов, 100 г говяжьего языка, 200 г сыра, 150 г салями, кориандр, имбирь, перчик чили, болгарский перец.

Для соуса: 1 кубик куриного бульона, 3 ст. л. лимонного сока, 10 г белого вина, 40 г свежих грибов, 70 мл воды, 3 ч. л. крахмала и зелень петрушки.

Способ приготовления теста. Кукурузную муку разведите водой, посолите и тщательно размешайте. Охлажденное тесто раскатайте и разделите на большие круги. На середину каждого выложите начинку, соедините края теста и придайте им форму пельменей. Выпекайте 15–25 минут.

Для начинки в мясной фарш добавьте яйцо, посолите и поперчите. Мелко нарежьте грибы, язык, сыр и все перемешайте. Все тушите, посыпав зеленью, 20–25 минут.

Для соуса грибы мелко нарежьте и поставьте на огонь. Куриный бульон разведите горячей водой, влейте лимонный сок и смешайте с грибами. Варите до готовности грибов. За 5–7 минут до окончания варки смешайте крахмал с водой и вылейте в кастрюлю. Доведите до кипения. Всыпьте петрушку и варите еще 5 минут.

«ФРУКТОВЫЙ»

Требуется: 250 г муки, 250 мл молока, щепотка соли.

Для начинки: 400 г свиной вырезки, 2 ст. л. апельсинового сока, 50 г измельченных сухофруктов, по 1 ч. л. розмарина и шалфея, мускатного ореха, дольки яблока.

Способ приготовления. Замесите тесто и разделайте его на большие круги. На каждый круг выложите начинку, края теста соедините, придав форму пельменей. Выпекайте 20–25 минут.

Для начинки сухофрукты залейте апельсиновым соком и дайте настояться при комнатной температуре. Вырезку свинины отбейте при помощи кулинарного молотка. Во фруктовую смесь добавьте розмарин, шалфей, мускатный орех и нанесите эту смесь на мясо. Сверху положите дольки яблока.

2. БЛЮДА ИЗ РЫБЫ

«МИСТРАЛЬ»

Требуется: (порция на одного человека) 400 г креветок, 1 стакан оливкового масла, 4 свежих помидора (средних), кориандр молотый, корица и др. специи, соль, листья салата.

Способ приготовления. В скороварку налейте 0,5 стакана оливкового масла, после его прогревания положите креветок и тушите на сильном огне 40 минут, добавляйте специи и дайте немного остыть. После этого на широкую тарелку укладывайте листья салата, сверху креветок, а на них кладите колечками нарезанные помидоры и поливайте оливковым маслом. Приятного аппетита.

«КОРСИКАНСКАЯ РЫБАЛКА»

Требуется: 3 кг щуки на блюдо и 1 кг на фарш, 10 анчоусов, 6 шампиньонов, 10 болгарских перцев, французская булка, 1 стакан сливок, 300 г сливочного масла, 150 г сыра, 0,5 стакана лимонного сока, 2 луковицы, 3 яйца, мускатный орех, лавровый лист, соль, перец.

Способ приготовления. Щуку нарежьте кусками, посолите, добавьте сливочное масло, луковицу, перец, лавровый лист, коренья, залейте горячей водой, варите до половины готовности. Выньте рыбу, положите в другую кастрюлю, залейте сливками, положите масло, натертую на мелкой терке луковицу, тертый сыр, накройте крышкой и тушите до полной готовности. Затем приготовьте рыбный фарш. К щучьему филе добавьте спассерованный в масле лук, намоченную в воде и выжатую французскую булку, посолите, поперчите и пропустите через мясорубку. В фарш положите масло, яйца, мускатный орех. Тканевую салфетку смажьте маслом, заверните в нее фарш, зашейте в виде колбасы, опустите в рыбный бульон, сварите, остудите, нарежьте кружками толщиной в палец, сервируйте рыбу. В соус, в котором тушилась рыба, подлейте немного бульона, лимонного сока и залейте рыбу.

«БОЛЬШАЯ МЕДВЕДИЦА»

Требуется: 200 г креветок, 1 кг сыра, соль, 50 г растительного масла.

Способ приготовления. Каждую креветку заверните в сыр и положите на противень, смазанный растительным маслом. Уложите все на противень, поставьте в духовку на 10–15 минут и пеките при температуре 200 °С. «Морской сыр» готов. Блюдо подавайте к столу в холодном виде.

«ИРОДИАДА»

Требуется: 750 г рыбы, по 2 ст. л. шерри и лимонного сока, эстрагон, укроп, растительное и сливочное масло для жарки.

Способ приготовления. Рыбу (лосося, форель, треску) промойте, почистите, обсушите, по желанию удалите головы. Внутренности посолите и поперчите, кожицу рыбы надрежьте ножом 2 раза. В специальной сковороде для подрумянивания разогрейте сливочное масло, вылейте смесь из шерри, лимонного сока и травы эстрагона, укропа. Нагревайте 1–2 минуты.

В сковороду выложите рыбу (кости должны располагаться по краям), ложечкой зачерпните жидкий масляный соус и облейте им рыбу. Тушите под крышкой в течение 6 минут, пока не будет легко разделяться на волокна.

«АМУРСКИЕ ВОЛНЫ»

Требуется: 300 г филе рыбы, 2 яйца, 125 мл молока, по 1 ч. л. сливочного и растительного масла, соль.

Способ приготовления. Мясо рыбы очистите от костей и нарежьте на одинаковые кусочки. Обжарьте их в глубокой сковороде на растительном масле. Накройте сковороду крышкой и убавьте огонь. Добавьте немного воды и потушите около 10 минут.

Яйца смешайте с молоком, посолите по вкусу. Хорошенько взбейте молочную смесь. На сковороде растопите сливочное масло и равномерно разложите кусочки рыбы. После этого залейте рыбу приготовленным соусом и запекайте в духовке при средней температуре до готовности.

«ОРИОН»

Требуется: 40 г сушеных мидий, 700 г куриного мяса, 125 г

растительного масла, 2 куриных яйца, лимон, 150 г вяленого осетра, соль.

Способ приготовления. Мясо курицы разделите на мелкие кусочки, посыпьте тертыми сушеными мидиями и добавьте 2 яйца, посолите. Все жарьте на медленном огне до готовности (до получения лепешки). После уложите кусочки осетра и добавьте сок лимона.

«СОЗВЕЗДИЕ ВЕРОНИКИ»

Требуется: 1 большая камбала, 4 омара, 0,5 кг помидоров, 200 г сыра, зелень, соль.

Способ приготовления. Потушите (по отдельности) омаров и камбалу. На тарелку колечками уложите помидоры, сверху камбалу, а далее с четырех сторон кладите омаров. Посыпьте все тертым сыром и зеленью.

ИЗ ИСТОРИИ КУЛИНАРИИ

Многие уверены, что для китайцев настоящим лакомством является обыкновенный рис, а не какие-то там лапки кузнечиков. Это действительно так, но рис является для них не только постоянным продуктом питания, но и материалом для многих экзотических блюд, которые вам не удастся попробовать больше нигде. Из риса они, например, делают конфеты, пирожные, кремы для торта и многое другое. По их мнению, даже обычный продукт может стать экзотическим, если правильно его использовать.

«ВОЛЖСКИЙ ЛИМАН»

Требуется: небольшой осетр, 10 куриных яиц, 1 кг глины, соль.

Способ приготовления. Рыбу облепите глиной и пеките 40 минут. Затем глину снимите (а вместе с нею снимется и шкурка). Осетра положите на противень и залейте яйцами. Подавайте в горячем виде.

«АЛЬБАТРОС»

Требуется: по 200 г шашлыка, креветок, майонеза, бараний хрящик (1 шт), соль.

Способ приготовления. Все смешайте в одной чашке, предварительно поджарив креветок. Подавайте в подогретом виде.

«КОРАЛЛОВЫЙ РИФ»

Требуется: 1 кг крабового мяса, 200 г маринованной кукурузы, 300 г морской капусты, 250 г оливкового масла, 100 г черной икры.

Способ приготовления. Крабовое мясо обжарьте на оливковом масле. Положите его в отдельный сосуд, туда же дорежьте морскую капусту, положите кукурузу и черную (в некоторых случаях и красную) икру. Блюдо готово. Подавайте охлажденным и лучше всего с пивом.

«НОВИНКА»

Требуется: 250 г рыбы, 100 г сушеных грибов, 1 ст. л. муки, 2 ст. л. плавленого сыра, 30 г сливочного масла, 125 г майонеза, соль, перец.

Способ приготовления. Любые сушеные грибы залейте водой, дайте постоять около 20 минут. Затем отварите их в этой же воде. После того как они сварятся, слейте бульон, а грибы охладите. Нарежьте и обжарьте на сковороде с добавлением масла.

Обжаренные грибы смешайте с мукой. На сковороду выложите сырое рыбное филе, на него грибную массу. Залейте все майонезом. Сыр натрите на терке и посыпьте им запеканку сверху. Поставьте сковородку в нагретую духовку и запекайте до готовности.

«АТЛАНТИДА»

Требуется: 200 г мидий, 2 омара, 150 г креветок, 200 г крабовых полочек, 250 г майонеза, соль.

Способ приготовления. Нарежьте ингредиенты мелкими кубиками и смешайте, добавьте майонез. Мидий, омаров, креветок предварительно отварите.

«ГОСТЬ НА ПОРОГЕ»

Требуется: 2 сельди тихоокеанские маринованные, соль, 250 г майонеза, 200 г крабовых палочек, 100 г морской капусты.

Способ приготовления. Крабовые палочки аккуратно уложите на тарелку, а сверху положите крупными кусками (очищенное филе) сельдь. Добавьте морскую капусту и залейте майонезом.

«БОЛЬШИЕ КАЙМАНЫ»

Требуется: 1 кг говядины, большой лобстер, 200 г лука, черный перец, 250 г томатного соуса, 150 г растительного масла, соль.

Способ приготовления. Говядину и лук прокрутите на мясорубке и обжарьте фарш на быстром огне в растительном масле, предварительно посолив. Лобстера отварите и положите на тарелку, а сверху уложите готовый фарш и полейте соусом.

МЕЖДУ ПРОЧИМ...

Николь Кидман однажды приготовила харчо Тому Крузу, звезда Голливуда Дженифер Энистон испекла торт Брэду Питту... И вот результат: мужчины не устояли... А вот приворотный рецепт популярной звезды.

ХАРЧО ОТ НИКОЛЬ КИДМАН

Требуется: 0,5 кг говяжьей или бараньей грудинки, 2 луковицы, 3 зубчика чеснока, 0,5 стакана риса, 3 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. томатного пюре, 1 ч. л. хмели-сунели, по пучку зелени укропа, киндзы и петрушки, перец и соль по вкусу.

Способ приготовления. Грудинку порубите на небольшие кусочки, залейте холодной водой и варите бульон, в который через некоторое время положите луковицу. В процессе варки посолите. Рис промойте и опустите в бульон, лук поджарьте в растительном масле, затем добавьте томат-пюре, чеснок и зелень. Заправьте полученной пассеровкой суп, по вкусу добавьте соль и перец. Готовому блюду дайте настояться, добавьте зелень и ешьте.

«ЗОЛОТАЯ ОСЕНЬ»

Требуется: на 700 г судака или другой рыбы 70 г белого хлеба, 1/3 стакана молока, 1 яйцо, 2 зубчика чеснока, луковица, корни петрушки, моркови, зелень.

Для прозрачного желе: 600 г рыбного бульона, 25 г желатина.

Для желе с майонезом: 300 г бульона, 12 г желатина, 150 г майонеза.

Способ приготовления. Мякоть рыбы отделите от костей, белый хлеб замочите в молоке, лук слегка обжарьте. Все продукты соедините, дважды пропустите через мясорубку с паштетной решеткой, после чего добавьте по вкусу соль, перец, чеснок. Затем массу хорошо взбейте. На смазанный растительным маслом пергамент выложите подготовленную массу, сверните рулетом и перевяжите шпагатом.

Варите в подсоленной воде с луком и петрушкой в течение 1,5 часа, после чего охладите и выньте из бульона. Желатин замочите в кипяченой воде. В процеженный рыбный бульон положите замоченный желатин, доведите до кипения и охладите. Отлейте часть и смешайте с майонезом, остальное желе оставьте прозрачным. На блюдо вылейте немного прозрачного желе, на него уложите рулет, нарезанный кругляшами, и до половины залейте прозрачным желе.

Далее залейте желе с майонезом с таким расчетом, чтобы контур кругляшей рулета немного просматривался, и охладите. На каждый кусок рулета положите листики зелени петрушки, фигурки из вареной моркови, маслины и тоже залейте желе. Сверху полейте прозрачным желе и охладите.

«МЫС ГОРН»

Требуется: 250 г паштета из морской рыбы, 400 г свинины, большой омар, 100 г растительного масла, 2 листа салата, соль, специи.

Способ приготовления. На плоскую тарелку тонким слоем уложите паштет из морской рыбы, сверху водрузите отваренного заранее омара. Вокруг разместите нарезанные кусочки жаренной на растительном масле свинины и положите (симметрично) листья салата. Подавайте к столу в горячем виде.

«КАПИТАН НЕМО»

Требуется: 1 кг рыбы, 200 г майонеза, 1 стакан муки, 0,5 кг помидоров, растительное масло, соль.

Способ приготовления. Разделайте рыбу и порежьте ее на крупные куски, обваляйте в муке и пожарьте на растительном масле. Кусочки рыбы обложите дольками помидоров и залейте

майонезом.

«РАПСОДИЯ»

Требуется: 200 г лука, 0,5 л пива, 1 кг минтая, острый кетчуп, растительное масло, соль.

Способ приготовления. Рыбу сварите в пиве и уложите на тарелку, добавьте спассерованный лук, посолите и обильно полейте острым кетчупом.

«СКАНДИНАВСКИЙ»

Требуется: 1 кг рыбы, 1 л воды, 2 луковицы, морковь, 1/2 корня петрушки, 4 г желатина, соль, перец по вкусу, лавровый лист.

Способ приготовления. Рыбу подготовьте и разрежьте вдоль позвоночника, положите в миску. Туда же положите петрушку, морковь, лук и все залейте холодной водой, посолите и варите 30–40 минут. Перец и лавровый лист положите после закипания. Готовую рыбу охладите, выньте и нарежьте на порции.

Из бульона приготовьте желе. Нарезанную рыбу уложите на блюдо, украсьте зеленым горошком, морковью, лимоном, залейте желе и оставьте для охлаждения.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Многие истинные гурманы Франции начинают свой день с легкого завтрака, который непременно состоит из кусочка сыра и кофе. Во Франции живут истинные ценители сыра и, как утверждал Клод Мориак, французский сыр тает во рту и является таким вкусным, что его можно сравнить только с ночными поцелуями.

«ФРАНЦУЖЕНКА»

Требуется: 1 кг устриц, 350 г майонеза, белое вино, соль.

Способ приготовления. Устриц вымочите в белом вине в течение 30 минут, а затем, добавив майонез, томите в духовке 20 минут при температуре 150 ˚С. Подавайте в холодном виде.

«САМИ С УСАМИ»

Требуется: 1,5 кг сома, 4 стакана пшеничной крупы, 5 луковиц, 2 стакана столового уксуса, 0,5 стакана растительного масла, 100 г муки, соль, черный перец.

Способ приготовления. Разделайте сома, нарежьте кусками, посолите, поперчите. Лук нарежьте кольцами, половину количества перемешайте с рыбой, залейте уксусом и оставьте на час. Остальной лук обжарьте на растительном масле. Куски рыбы обваляйте в муке и слегка обжарьте. Положите в горшочки сначала луковые кольца из маринада, потом обжаренную рыбу, сверху тот же лук, всыпьте промытую крупу, на нее обжаренный лук, посолите, залейте кипятком и поставьте в духовку.

«БУХТА ГЕРТНЕРА»

Требуется: 1 кг мойвы, 2 кабачка, 150 г муки, 500 г майонеза, 200 г растительного масла, по 2 луковицы и морковки, соль, черный перец.

Способ приготовления. Разделайте мойву, посолите, поперчите, обваляйте в муке, обжарьте на растительном масле. Кабачки порежьте соломкой, посыпьте мукой и солью и тоже обжарьте. Отдельно обжарьте лук с морковью. Уложите в горшочки слоями рыбу, кабачки с луком и морковью, каждый слой полейте майонезом и поставьте в духовку.

«ЧЕРНОМОРСКИЙ»

Требуется: 1,5 кг ставриды, по 10 луковиц и морковок, 1 л томата, 1 стакан растительного масла, 0,5 стакана уксуса, 100 г муки, черный перец, лавровый лист, соль.

Способ приготовления. Ставриду разделайте, нарежьте кусками, посолите, поперчите, обваляйте в муке и зажарьте в растительном масле. Отдельно пассеруйте лук с морковью, разбавьте частью томата, положите лавровый лист, перец, уксус и проварите. Уложите куски рыбы в горшочки, переложите заправкой, залейте горячим томатом и поставьте в духовку на 2–2,5 часа.

«ЧИНОВНИЧИЙ»

Требуется: 1 кг судака, 3 стакана риса, 250 г майонеза, 2 луковицы, 4 ст. л. топленого масла, черный перец, соль.

Способ приготовления. Разделайте судака, выньте кости, посолите, поперчите и замаринуйте в майонезе на 1 час. Рис замочите в воде. Лук нашинкуйте кольцами и обжарьте на масле. Сложите в горшочки судака, засыпьте рисом, а сверху положите луковые кольца, посолите, залейте кипятком и поставьте в духовку.

«РУСАЛОЧЬИ ИГРЫ»

Требуется: 1 кг карасей, 700 г сметаны, 5 луковиц, 2 морковки, по 100 г морской капусты и топленого масла, 200 г муки, соль.

Способ приготовления. Почистите и выпотрошите карасей, посолите, нарежьте на куски, обваляйте в муке и обжарьте в топленом масле. Сметану вскипятите, всыпьте нарезанные кружочками лук и морковь, муку, разведенную в небольшом количестве холодной воды, и немного проварите. Кусочки рыбы сложите в горшочки, залейте горячей сметаной и поставьте в духовку. За 5 минут до готовности посыпьте морской капустой.

«КАБАЦКАЯ»

Требуется: 2 кг щуки, 6 картофелин, 3 луковицы, 1 морковь, 1 яйцо, зелень, соль.

Способ приготовления. Филе щуки пропустите 3 раза через мясорубку, в третий раз вместе с луком, перемешайте фарш с яйцом, посолите и сформируйте небольшие шарики. Из головы с костями сварите бульон. Картофель нарежьте мелкими кубиками, нашинкуйте лук и морковь, все перемешайте. Уложите на дно горшочков слой овощей, потом рыбные шарики, потом опять овощи и так до заполнения горшочков. Залейте горячим бульоном и поставьте в духовку.

«У КОСТРА ПОД ЧАРОЧКУ»

Требуется: 1 кг икры сазана или щуки, 3 яйца, 4 луковицы, 100 г растительного масла, соль.

Способ приготовления. Осторожно выньте икру из рыбы, выложите в неметаллическую посуду и взбейте вилкой, чтобы удалить пленки, посолите. Лук измельчите, смешайте с растительным маслом, перемешайте с икрой, положите туда же

яичные желтки. Белки яиц взбейте в пену и осторожно введите в икру. Переложите массу в горшочки, поставьте в духовку и запекайте.

«ТИХООКЕАНСКИЙ»

Требуется: 1 кг камбалы, по 2 луковицы и морковки, 4 болгарских перца, 0,5 л томатного сока, 0,5 стакана растительного масла, лавровый лист, черный перец горошком, соль.

Способ приготовления. Камбалу почистите, если мелкая, используйте целиком, крупную нарежьте кусками, посолите, обжарьте в растительном масле. Лук, морковь, перец мелко порежьте. Камбалу уложите в горшочки, пересыпая овощами, положите лавровый лист, перец горошком, посолите и залейте горячим томатным соком, поставьте в духовку и запекайте.

«БАЛТИЙСКИЙ ДАР»

Требуется: 1 кг мелкой путассу, 1,5 стакана риса, по 5 яиц и луковиц, 100 г топленого масла, лавровый лист, соль.

Способ приготовления. Отрежьте у путассу голову и осторожно, не разрезая брюшка, выньте кишки. Удалите черную пленку внутри брюшка и промойте рыбу. Рис отварите, яйца сварите вкрутую, измельчите и смешайте с рисом. Лук обжарьте на растительном масле и тоже добавьте в фарш, посолите. Начините этой смесью брюшко каждой путассу, аккуратно сложите рыбу в горшочки, подсолите, положите лавровый лист, залейте горячей водой и поставьте ненадолго в духовку.

«СОЛНЕЧНАЯ ЛАГУНА»

Требуется: 1 кг кутума, 3 яйца, 100 г муки, по 1 стакану растительного масла и молока, 1 кг капусты, по 2 луковицы и моркови, соль.

Способ приготовления. Кутума почистите, нарежьте кусками, посолите, обваляйте в муке и поджарьте растительном масле. Капусту мелко нашинкуйте, поджарьте в растительном масле, посолите, добавьте мелко нарезанные лук и морковь и потушите. Сложите в горшочки капусту и рыбу слоями. Яйца взбейте с молоком, добавьте соль и залейте этой смесью рыбу с капустой.

Поставьте в духовку и запекайте.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО…

Всем известный философ Платон считал непревзойденным блюдом «царский желудь». Ядра этого вида грецкого ореха по форме напоминают человеческий мозг, поэтому Платон считал их «разумными», то есть питающими ум, и ел их в огромном количестве. Свое название этот орех получил в Древней Греции и до сих пор удерживает это достойно полученное звание.

«ЕРМАК ТИМОФЕЕВИЧ»

Требуется: 3 кг щуки, по 1/2 французской булки и буханки хлеба, по 125 г изюма, оливкового масла, белого вина, луковица, по 3 яблока и моркови, 1/2 лимона, лавровый лист, зелень сельдерея, корица, гвоздика, мускатный орех, перец, сахар, соль.

Способ приготовления. Очистите щуку, разрежьте на куски средней величины, посолите. Выньте из каждого куска мясо и приготовьте фарш с добавлением намоченной и выжатой в воде французской булки, перца, соли, мускатного ореха, нашинкованной и поджаренной на оливковом масле луковицы. Нафаршируйте каждый кусок, сложите в кастрюлю, залейте бульоном, сваренным из пряностей, добавьте белого вина, оливкового масла, лимон, нарезанный ломтиками, изюм. Варите на сильном огне под крышкой до готовности. Для соуса тертый хлеб, нарезанные морковь и яблоки, корицу, гвоздику и сахар залейте водой, разварите, смешайте с рыбным бульоном и варите до загустения.

«СУДАК КАПУЦИНСКИЙ»

Требуется: 3,5 кг судака, 250 г ветчины, 500 г шампиньонов, 100 г сливочного масла, 1/4 стакана уксуса, по 0,5 стакана рома, оливкового масла и ямайского рома, 50 мл столового уксуса, 3 ломтика лимона, зелень петрушки, перец, соль.

Способ приготовления. Очистите судака, посолите, нашпигуйте ветчиной и петрушкой. Чистую салфетку сложите вчетверо, намажьте маслом, заверните в нее судака, обвяжите ниткой и опустите в кипящий бульон, предварительно добавив уксус и перец. Варите до готовности. Подавайте с соусом. Для него залейте в маленькую кастрюльку ром, зажгите, через

несколько минут добавьте оливковое масло, рыбный бульон, сваренные шампиньоны, лимон, прокипятите.

«ЕМЕЛЬЯН ПУГАЧЕВ»

Требуется: 3 кг осетра, 1 кг мелкой рыбы, по 100 г вишневого сиропа и портвейна, 3 луковицы, 50 г оливкового масла, 1 стакан огуречного рассола, 100 г столового уксуса, 2 ст. л. оливок, по 1 ст. л. муки и подсолнечного масла, 40 мл лимонного сока, гвоздика, зелень петрушки, лавровый лист, корица, перец, соль, сахар.

Способ приготовления: Обварите осетрину несколько раз кипятком, удалите кожицу, посолите и поставьте на час в прохладное место. Опустите в холодный бульон из кореньев и пряностей, добавьте уксус, огуречный рассол и варите до готовности. Выложите осетрину на блюдо и залейте соусом. Для него подожгите на сковородке сахар, подлейте немного бульона, вскипятите, перелейте в кастрюлю, добавьте оливкового и подсолнечного масла, муку, поджарьте, разведите рыбным бульоном, портвейном, вишневым сиропом, введите гвоздику, корицу, уксус и лимонный сок, поварите до загустения, процедите, положите оливки, еще раз вскипятите.

«ФРЕГАТ ПАЛЛАДА»

Требуется: 2,5 кг судака, 30 живых раков, 3 стакана бульона из мелкой рыбы, 500 г пармезанского сыра, 250 г говяжьих мозгов, 200 г муки, 120 мл молока, 1/2 французской булки, 1,5 стакана риса, 1 стакан белого вина, 400 г сливочного масла, 1 луковица, по 4 ст. л. сливок и сметаны, 50 г лимонного сока, шафран, зелень укропа, соль, перец.

Способ приготовления. Судака освободите от костей, мелко порубите, посолите, поперчите. Положите в молоко намоченную и выжатую французскую булку, сливки, пропустите через мясорубку. Все перемешайте и наделайте круглых котлет, обсыпьте мукой и поджарьте. Рис замочите в холодной воде на несколько часов, откиньте на дуршлаг, промойте, вскипятите, снова откиньте на дуршлаг. Растопите в кастрюле сливочное масло, положите мелко порубленные телячьи мозги, вскипятите, бросьте луковицу, обжарьте до золотистого цвета, выньте, засыпьте рис, залейте белое вино, варите до загустения. Добавьте шафран, затем понемногу подливайте воду, помешивая, и варите

до тех пор, пока рис не будет готов. Подавайте, посыпав пармезанским сыром, сервировав котлетами и залив соусом. Для него раков отварите с солью и укропом, очистите шейки и ножки, скорлупу посушите, истолките, поджарьте на сливочном масле докрасна, пересыпьте мукой, разведите рыбным бульоном, прокипятите, процедите, добавьте сметану и сливки, лимонный сок, раковые шейки и ножки, еще раз вскипятите.

«ТИЛЬ УЛЕНШПИГЕЛЬ»

Требуется: 1,5 кг радужной форели, 200 г оливкового масла, черный перец (горошком), соль.

Способ приготовления. Форель подготовьте. Нарежьте ее крупными кусками и сложите в скороварку, добавьте масло, перец и посолите. Плотно закройте крышку и тушите на медленном огне 4–5 часов.

«МОЛОЧНЫЕ РЕКИ»

Требуется: 1,5 кг хека, 1 л молока, 200 г муки, 0,5 стакана растительного масла, 2 луковицы, морковь.

Способ приготовления. Разделайте хека и нарежьте кусками, посолите, обваляйте в муке и обжарьте в растительном масле. Сложите рыбу в горшочки, засыпьте нарезанные лук с морковью, залейте горячим молоком и поставьте в духовку. За 10 минут до готовности введите муку, разведенную в небольшом количестве холодной воды.

3. БЛЮДА ИЗ ГРИБОВ

«БОРОВИЧОК»

Требуется: 400 г свежих грибов, 30 г желатина, 600 г грибного отвара, 2 яйца, зелень.

Способ приготовления. Свежие грибы вымойте, очистите, порежьте крупными кусками и сварите. Затем слейте воду, посолите, дайте остыть и нашинкуйте. Замочите желатин в воде. Когда набухнет, разварите в грибном бульоне. Поставьте на газ и подогрейте, чтобы желатин полностью растворился. В приготовленные формочки налейте грибной отвар и дайте ему застыть. Затем положите на него кусочки грибов, ломтик яйца и веточку зелени. Снова залейте желе доверху. Когда заливное застынет, выложите его из формочек на большое блюдо и украсьте зеленью.

«ГРИБНАЯ ПОЛЯНА»

Требуется: 400 г куриных грудок без кожи и костей, разрезанных пополам, 10 средних свежих грибов, измельченный зеленый лук, апельсин, нарезанный дольками, 0,5 стакана кетчупа, 2 ст. л. готового желе, отварной рис, свежий розмарин.

Способ приготовления. Нарежьте мясо цыпленка полосками и нанижите его на шампуры. На другие шампуры наколите грибы и лук, а на отдельный шампур – куски сладкого зеленого перца. В маленькую кастрюльку положите кетчуп, желе и подогрейте, но не доводите до кипения. Этой массой смажьте овощи и мясо. Поместите шампуры в открытый гриль и готовьте 10 минут. Время от времени мясо и овощи переворачивайте и поливайте соусом. Подавайте с горячим рисом, посыпав сверху розмарином.

МЕЖДУ ПРОЧИМ...

Многие ценители необычных кушаний и яств, то есть гурманы, не только выдумывают, что бы такого необычного им съесть, но и находят оригинальные способы поедания этих блюд, а затем устраивают между собой весьма интересные состязания. Например, житель Великобритании Энди Себини 18 ноября 1996 года с помощью коктейльной палочки съел за 5 минут блюдо

холодных печеных бобов, ровно 226 штук. Конечно, это не осталось незамеченным, и он был занесен в Книгу рекордов Гиннесса.

«КАРУСЕЛЬ»

Требуется: средней величины кочан капусты, 0,5 стакана риса, 300 г шампиньонов, 1 луковица, 2 морковки, 1 стакан сметаны, 2 лавровых листа, соль, перец.

Способ приготовления. Рис, шампиньоны отварите по отдельности, грибы нарежьте, перемешайте с рисом. Лук и морковь мелко порежьте, обжарьте на растительном масле, добавьте к рису и грибам, посолите, поперчите. Капусту разберите на отдельные листья, обдайте их кипятком, отбейте стебли. На каждый лист положите фарш, заверните конвертом, обжарьте на сковороде и выложите в кастрюлю, залейте сметаной, добавьте немного воды, лавровый лист, перец и тушите на слабом огне 20–30 минут. При подаче посыпьте голубцы зеленью петрушки и укропа.

«ЦЫГАНСКИЙ ТАБОР»

Требуется: 500 г грибов, 2 луковицы, 50 г сливочного масла, корень петрушки, 250 г сметаны, соль, перец, лавровый лист.

Способ приготовления. Грибы отварите в подсоленной воде, откиньте на дуршлаг, подсушите и нарежьте. Корень петрушки натрите на терке, лук мелко порежьте. В котелке растопите масло, чуть обжарьте лук, затем добавьте грибы, натертый корень петрушки, соль, перец, лавровый лист, залейте сметаной. Можете добавить 1–2 ст.л. воды. Тушите около 20 минут до готовности.

МЕЖДУ ПРОЧИМ...

Мясо бывает четырех видов: жирное, выше средней упитанности, средней и ниже средней упитанности. Мясо считается жирным, если в мясной туше отлично развиты мышцы, кости не выступают, хорошо развита подкожная жировая клетчатка. Все остальные виды содержат соответственно меньше жира.

«ЗОЛОТОЙ ОРЕШЕК»

Требуется: 1 курица, 2 кг грибов, 200 г топленого масла, 2

луковицы, 100 г лесных орехов, соль, зелень.

Способ приготовления. Курицу отделите от костей, нарежьте кусочками, посолите, обжарьте в топленом масле и сложите в горшочки. Грибы почистите, промойте, замочите на 2 часа в холодной воде, порежьте и обжарьте на масле с луком. Орехи очистите от скорлупы, измельчите, посыпьте ими курицу, сверху положите грибы, залейте кипятком и поставьте в духовку. За 10 минут до готовности посыпьте измельченной зеленью.

«НАЛИМ-БОГАТЕЙ»

Требуется: 2 кг налима, 500 г сушеных грибов, 2 луковицы, 1 морковь, лавровый лист, зелень укропа, соль.

Способ приготовления. Разделайте и нарежьте кусками налима. Грибы тщательно промойте и замочите на час в холодной воде. Сложите в горшочки рыбу вперемешку с грибами, посолите, положите нарезанные лук и морковь кружочками, лавровый лист, залейте водой и поставьте в духовку. За 5 минут до готовности посыпьте укропом.

«КУЗОВОЧЕК»

Требуется: 10 яиц, 0,5 л молока, 100 г топленого масла, 1 кг мелких грибочков, 2 луковицы, соль.

Способ приготовления. Обжарьте грибочки на топленом масле с луком, посолите. Яйца перемешайте с молоком и мукой, посолите. Залейте в горшочки яичную массу, положите туда же грибы, поставьте в духовку и запеките.

«РОЖДЕСТВЕНСКАЯ СКАЗКА»

Требуется: 4 окорочка, 6–7 картофелин, 600 г шампиньонов, 1 стакан куриного бульона, 50 г свиного сала, 2 ст. л. сливочного или оливкового масла, 25 г измельченного кориандра.

Способ приготовления. Промытые окорочка разделите на части, обваляйте их в смеси из муки, соли и перца, обжарьте в утятнице на сливочном масле. Почистите картофель, снимите шкурку с шампиньонов и порежьте их. На сковороде растопите сливочное масло, положите туда порезанные грибы, целые картофелины и слегка обжарьте все вместе. Затем добавьте приготовленные овощи к окорочкам, посыпьте кориандром и

залейте их куриным бульоном. В хорошо разогретую духовку поставьте утятницу с плотно закрытой крышкой на 50–60 минут. Готовые окорочка украсьте ломтиками свиного сала, порезанной зеленью и кружочками свежего зеленого огурца.

«ЗОЛОТЫЕ ШАРЫ»

Требуется: 1 окорочок, 4 яйца, 300 г шампиньонов, 4 луковицы, 60 г острого кетчупа, 25 г сливочного масла, 30 г укропа.

Способ приготовления. Отварной окорочок освободите от костей и мелко порежьте соломкой. Шампиньоны также порежьте соломкой и пожарьте вместе с луком на сливочном масле или маргарине. В еще не совсем готовые грибы добавьте курицу и продолжайте жарить до готовности. Затем влейте туда кетчуп, посолите и доведите до кипения. На маленькой сковородке по отдельности зажарьте четыре яица. На стол подайте курицу с грибами, сверху обложенную жареными яйцами, обильно обсыпанную измельченным укропом.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Знаете, к какому выводу пришли представительницы прекрасного пола, желающие быстро и эффективно похудеть? Хочешь похудеть – стань гурманом и перестань есть что попало. И действительно, некоторые продукты настолько сложно добыть, что невольно похудеешь, бегая в их поисках по магазинам и разъезжая по всему свету.

«ДВОРЯНСКИЕ»

Требуется: 4 окорочка, 3 яйца, 2 больших луковицы, 300 г свежих белых грибов (можно шампиньонов), 2 кусочка белого хлеба, по 2 ст. л. панировочных сухарей и сметаны, 100 г молоко, молотый перец, 40 г сливочного масла или маргарина, соль.

Способ приготовления. Грибы промойте и порежьте на маленькие кусочки. Обжарьте их на масле вместе с мелко нашинкованным луком, сырым желтком, сметаной, перцем и солью.

Мякоть курицы нарежьте на кусочки и прокрутите на мясорубке. Добавьте в нее кусочки хлеба, лук, соль и снова прокрутите все на мясорубке. Из полученной массы сделайте

шарики и раскатайте на лепешки. В середину лепешек положите грибной фарш и слепите края, как у пирожков.

Обваляйте биточки в панировочных сухарях и обжарьте их с обеих сторон на разогретой сковороде с маслом. Гарнируйте фаршированные котлеты жаренной во фритюре картошкой.

«ПАНЕНКА»

Требуется: 2 окорочка, 10 г желатина, 1 стакан воды, 100 г маринованных овощей (помидоров, огурцов, грибов, перцев и т. п.), 1/2 луковицы, семена гвоздики, 50 г сливочного маргарина.

Способ приготовления. Окорочка тщательно промойте и обжарьте до готовности. Когда мясо остынет, порежьте маринованные овощи и лук колечками, украсьте ими окорочка, добавьте пряности, залейте заваренным желатином и поставьте под морозилку.

«ПОСЕЛЯНКА»

Требуется: 7–8 картофелин, 300–400 г свежих грибов, 1–2 головки репчатого лука, 2–3 ст. л. сливочного масла, 0,5 стакана сметаны, соль, перец, зелень укропа и петрушки, лавровый лист.

Способ приготовления. Картофель нарежьте кружочками или дольками, обжарьте в разогретом масле, слегка подсолив. Тщательно промойте грибы, ошпарьте кипятком, нашинкуйте и обжарьте в масле вместе с нарезанным полукольцами луком. Сложите обжаренный картофель и грибы с луком в эмалированную кастрюлю слоями, посолите, добавьте перец по вкусу. Залейте все водой так, чтобы она на 1 см покрывала верхний слой. Положите лавровый лист и несколько веточек зелени петрушки и укропа. Тушите все под закрытой крышкой в течение получаса. При подаче к столу обильно посыпьте каждую порцию мелко рубленной зеленью.

«НА ЛЮБОЙ КАПРИЗ»

Требуется: 600 г свежей белокочанной капусты, 6–8 картофелин, 300 г свежих грибов, 80 г шпика, 2 ст. л. муки, 1 стакан бульона, соль по вкусу, зелень петрушки, 3 ст. л. растительного масла.

Способ приготовления. Отварите картофель до

полуготовности. Нашинкуйте крупной соломкой капусту. Грибы, предварительно промытые и нарезанные брусочками, потушите в растительном масле. Растопите на сковороде шпик и слегка обжарьте в нем муку. Постепенно вливайте горячий бульон, постоянно помешивая, пока не получится густой соус. В глубокую кастрюлю слоями выложите нарезанный брусочками картофель, капусту, грибы и залейте все горячим соусом. Посолите каждый слой и тушите до готовности. За минуту до снятия с огня добавьте в кастрюлю мелко рубленную зелень петрушки.

4. БЛЮДА ИЗ ОВОЩЕЙ

«ОГОРОД НА СТОЛЕ»

Требуется: 1 небольшой кочан капусты, 1 некрупный кабачок, 3 луковицы, 2 морковки, 1 стакан вареного риса, 50 г топленого масла, 250 г майонеза, соль.

Способ приготовления. Лук и морковь пассеруйте на топленом масле, перемешайте с вареным рисом, посолите. Кабачок очистите, нарежьте кольцами, выньте сердцевину. Капусту разберите на листья, сделайте из них круги по форме горшочков и уложите: капустный лист, на него кольцо кабачка с фаршем из риса с овощами посередине, сверху полейте майонезом. Затем все опять сложите в той же очередности до краев горшочка. Поставьте горшочки в разогретую духовку.

«ВАВИЛОНСКОЕ СТОЛПОТВОРЕНИЕ»

Требуется: 1 кабачок, 300 г говядины, 100 г креветок, 1 стакан риса, 1 луковица, 50 г жира, 30 г сыра, специи, соль, острый соус, пряная зелень.

Способ приготовления. Промытый кабачок очистите от кожицы, порежьте на 2–3 куска. Удалите часть мякоти с семенами, положите в кипящую подсоленную воду, варите до полуготовности. Мясо порежьте на куски, пропустите через мясорубку, соедините его с вареным рассыпчатым рисом, нашинкованной зеленью, вареными креветками, спассерованным репчатым луком, заправьте солью, черным перцем, жиром, хорошенько перемешайте. Куски кабачка положите в один ряд на противень, заполните фаршем, посыпьте тертым сыром, поставьте на 15 минут в духовку, затем залейте соусом и доведите до готовности. Фаршированные кабачки можете подавать под сметанным соусом или сметанным с томатом, либо с томатным. На блюдо положите куски кабачков, полейте соусом, в котором они тушились.

С этим фаршем можете приготовить баклажаны, перец и помидоры. Баклажаны порежьте вдоль на две части, извлеките мякоть с семенами, натрите половинки солью, через 30 минут промойте в воде. У перцев удалите семенное гнездо, опустите на несколько минут в кипяток. У промытых помидоров срежьте часть

мякоти у плодоножки, выньте семенное гнездо, дальнейший процесс приготовления не претерпевает никаких изменений.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...

До сих пор любимым блюдом французских любителей вкусно поесть являются задние лапки лягушек. Чтобы всегда иметь на столе это превосходное блюдо, французы разводят их на небольших, так называемых лягушачьих, фермах. Обычная лягушечка с такой фермы размером превосходит среднего зайца, а ее ляжки равны по размерам ляжкам обычной курицы, на которую, как утверждают французы, похоже лягушачье мясо. Так что голодными после такого блюда гурманы не остаются.

«АРОМАТНАЯ ФАСОЛИНКА»

Требуется: 3 стакана фасоли, 300 г копченого сала, 4 картофелины, по 3 луковицы и моркови, 0,5 стакана корнишонов, красный перец, мускатный орех, соль.

Способ приготовления. Замочите на 2 часа фасоль, овощи почистите и нарежьте кружочками. Заложите в горшочки слоями тонко порезанное копченое сало, картофель, лук с морковью, фасоль, корнишоны. Пересыпьте слои по вкусу солью, красным перцем, мускатным орехом. Залейте кипящей водой, поставьте в духовку и варите до готовности фасоли.

«МОЛДАВСКИЕ НОЧИ»

Требуется: 1 кг баклажанов, 200 г сала, 1 стакан вареного риса, 4 помидора, 2 луковицы, 250 г майонеза, черный перец, соль.

Способ приготовления. У баклажанов осторожно ложечкой удалите середину и обжарьте ее с луком, мелко нарезанными помидорами и рисом на сале. Полученную массу посолите, поперчите и начините ею баклажаны. Уложите баклажаны в горшочки, залейте майонезом и поставьте в духовку.

«СЕМИЦВЕТИК»

Требуется: по 7 картофелин, морковок и луковиц, 2 больших баклажана, 4 болгарских перца, 2 головки чеснока, 500 г

майонеза, зелень.

Способ приготовления. Картофель, морковь натрите на терке, лук, баклажан и перец мелко порежьте, майонез смешайте с толченым чесноком. Сложите в горшочки слоями: картофель с луком, морковь с луком, баклажаны с луком, перец. Каждый слой полейте майонезом, повторите слои несколько раз. Посыпьте зеленью и поставьте в духовку.

«ОЛЕ ЛУКОЙЕ»

Требуется: 2 кг лука, 0,5 л томата, 10 яиц, 1 стакан оливкового масла, соль.

Способ приготовления. Нарежьте крупными кольцами лук, обжарьте его на оливковом масле, посолите. Влейте томат и проварите на небольшом огне вместе. Сложите в горшочки. Взбейте яйца, посолите, залейте лук в горшочках и поставьте в духовку.

«ДАЧНАЯ ЗАПЕКАНКА»

Требуется: по 10 картофелин и огурцов, 500 г майонеза, зелень, соль.

Способ приготовления. Огурцы и картофель нарежьте тонкими пластами. Уложите в горшочки слой картофеля, слегка подсоленный, полейте его майонезом, потом слой нарезанных огурцов, политый майонезом. Чередуйте слои до тех пор, пока горшочек не заполнится до краев. Поставьте в духовку и запекайте до готовности картофеля. Перед подачей посыпьте зеленью.

«СВАХА»

Требуется: 1 маленький кочан капусты, 500 г творога, 1 л кефира, головка чеснока, зелень.

Способ приготовления. Отварите в горячей подсоленной воде в течение 1–2 минут кочан капусты, выньте и разберите на листья, сохраняя их очередность, остудите. Измельчите с солью чеснок, разбавьте 1 стаканом кефира, поставьте в холодное место на 30 минут. Творог хорошо разотрите, добавьте кефир с чесноком, мелко нарезанную зелень и промажьте этим фаршем каждый капустный лист. Соберите капустные листья с фаршем в

кочан, обвяжите нитками и поместите в горшочек. Залейте подогретым кефиром и поставьте в духовку.

«БОМБОНЬЕРКИ»

Требуется: 2 кг помидоров красного и оранжевого цвета, 1 кг печени и почек барана, 4 луковицы, 1 стакан риса, соль, черный перец, зелень, соль.

Способ приготовления. Подготовьте печень и почки. Пропустите их с луком через мясорубку, посолите, поперчите, перемешайте с рисом. У помидоров срежьте верхушку, ложечкой удалите середину и начините их фаршем. Сложите помидоры в горшочки, залейте горячей водой, посолите, положите сверху веточки киндзы и поставьте в духовку.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Не так давно три июньских дня по главной площади чешского городка Пелхримова разливался, искрился и пенился, как свежее пиво, международный фестиваль «Книги рекордов Гиннесса». Множества народа собралось, чтобы посмотреть на сногсшибательные трюки и фантастические рекорды.

Наш соотечественник Николай Новиков, клоун и фокусник, лихо жонглировал сырыми яйцами, для большего веселья натянув на голову маску Бабы-Яги. Чехи тоже показали себя ловкими парнями. Слесарь Владимир Заблоудил за три минуты очистил 35 вареных яиц. Томаш Глухи, механик по специальности, стремительно пробежал 3-метровую дистанцию, держа в вытянутой руке ложку с сыром и яйцом. А шофер Штефан Рашковский единогласно был признан местным Робином Бобином. За 3 минуты он съел 12 яиц вкрутую и запил их 3 л молока.

«Яичные трюки» на фестивале завершились поджариванием суперглазуньи со шпикачками на гигантской сковородке, с утра до вечера шкворчащей посреди площади.

Пражские кондитеры выкатили на тележке самую большую в мире коробку шоколадных конфет. Чудо-коробка состояла из семи ярусов и весила 45 кг. А пекари из города Пардубице выстроили на помосте расписанный разноцветной глазурью пряничный домик небывалых размеров – 2х3 и 3х3 м. Сладкоежки не

растерялись и также поставили свой оригинальный рекорд: за считанные секунды этот домик они растащили по кирпичику, а точнее, по пряничку.

«СМЕТАННИК»

Требуется: 1,5 кг крапивы, 500 г муки, 1 л сметаны, соль.

Способ приготовления. Переберите молодую крапиву, промойте ее, ошпарьте кипятком и мелко порежьте, посолите. Из муки, воды и соли сделайте крутое тесто, оставьте на 30 минут. Потом тонко раскатайте и нарежьте круги по форме горшочков. Уложите в горшочки слоями тесто и крапиву, каждый слой густо полейте горячей сметаной и поставьте в духовку.

«ТОЛСТЯЧОК»

Требуется: по 1 кг картофеля и творога, 100 г сливочного масла, 1 л сметаны, тмин, соль.

Способ приготовления. Сварите картофель, разомните его, посолите, добавьте сливочное масло, тмин, сделайте пюре. Творог протрите через сито, посолите, немного разбавьте сметаной до однородной массы. Уложите в горшочки слоями картофель, творожную массу, каждый слой полейте сметаной и поставьте в разогретую духовку на 30 минут.

«ПОД МАЙОНЕЗОМ»

Требуется: 2 кг красного болгарского перца, по 6 луковиц и морковок, 2 свеклы, 2 стакана риса, 500 г майонеза, 250 мл оливкового масла, черный перец, соль.

Способ приготовления. Разделите красный перец на 2 части. У первой срежьте верхушку и выньте семена. Другую часть очистите, мелко порежьте. Так же порежьте лук, морковь. Свеклу натрите на мелкой терке, отожмите сок через марлю и смешайте его с майонезом так, чтобы майонез окрасился. Подготовленные лук, морковь, красный перец, натертую свеклу обжарьте на оливковом масле, добавьте немного воды и чуть потушите, посолите. Рис отварите до готовности, перемешайте с овощами, посолите, поперчите и начините этой смесью перец, накройте «крышечкой». Сложите перец в горшочки, залейте свекольным майонезом и поставьте в духовку.

«ДАЧНЫЙ СЕЗОН»

Требуется: 1 кг картофеля, 300 г сала, 400 г муки, 600 г сметаны, 4 луковицы, соль.

Способ приготовления. Лук мелко порежьте и обжарьте на сале. Картофель отварите, посолите, разомните, добавьте лук с салом и перемешайте. Из муки, воды и соли замесите крутое тесто, оставьте на 30 минут. Потом раскатайте, вырежите круги по размерам горшочка и сложите в горшочек слоями тесто, картофельное пюре, каждый слой полейте сметаной и поставьте в духовку.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...

Настроение повара может влиять на качество и свойства блюда. Это еще в 1993 году доказали американские ученые из Массачусетской высшей кулинарной школы, поставив серию экспериментов, в которых приняли участие 24 студента – будущие кулинары. В результате был сделан вывод о том, что пища, приготовленная обеспокоенным человеком, плохо усваивается организмом и провоцирует ощущение дискомфорта.

Это мнение ученых разделяют и практики. Имя шеф-повара мирового класса Розы Чуди стало легендой во всех кругах европейского общества. Секрет такой популярности – в неординарной и притягательной личности гранд-дамы швейцарской кулинарии. Она все готовит с любовью и радостью, и эти чувства как бы дополнительно заряжают приготовленные ею блюда, придают им особую привлекательность. Плохая кухня начинается там, где готовят без души и где портят хорошие продукты.

Госпожа Чуди знает, что говорит. За 60 лет поварской карьеры она готовила и для членов королевских семей, и для бедняков. Наградой всегда было всеобщее восхищение и признание.

«МИСТЕР ТВИСТЕР»

Требуется: 1,5 кг средних некрупных помидоров, 15 яиц, 0,5 стакана молока, 2 луковицы, 100 г сливочного масла, соль, зелень.

Способ приготовления. Яйца хорошо взбейте с молоком,

посолите. Лук обжарьте на масле и введите в яичную массу. Помидоры сложите в горшочки, залейте яичной массой и поставьте в духовку запекаться. Перед подачей к столу посыпьте зеленью.

«ДЕД МАЗАЙ»

Требуется: 1 кочан капусты, 3 морковки, 2 луковицы, 7 яиц, 1 стакан молока, 0,5 стакана растительного масла, соль.

Способ приготовления. Мелко нашинкуйте капусту и морковь, обжарьте на растительном масле, добавьте лук и поджарьте до готовности. Яйца взбейте с молоком и солью. Капусту сложите в горшочки, залейте яичной смесью, перемешайте, поставьте в духовку и запеките.

«ХОРОШЕЕ НАСТРОЕНИЕ»

Требуется: 2 кабачка, 4 патиссона, 400 г тыквы, 1 л сливок, по 100 г сахара и муки, соль.

Способ приготовления. Овощи мелко нарежьте, перемешайте и выложите в горшочки. Сливки вскипятите с сахаром, залейте ими овощи и поставьте в духовку. За 10 минут до полной готовности введите в каждый горшочек муку, разведенную в небольшом количестве холодной воды.

«НА ФАЗЕНДЕ»

Требуется: 10 картофелин правильной формы, 1 л бульона, 0,5 кг мясного фарша, 1 стакан риса, 3 луковицы, зелень, перец, соль.

Способ приготовления. Картофель почистите, срежьте с одного конца верхушку, а сердцевину аккуратно выскоблите ложечкой, ножом или специальным инструментом. Фарш смешайте с рисом, мелко порезанным луком, посолите, поперчите и начините им картофель. Сложите картофель в горшочки, накройте «крышечками», залейте горячим бульоном и поставьте в духовку. За 5 минут до готовности посыпьте зеленью.

«РОМАШКОВЫЙ ЛУГ»

Требуется: по 15 крепких помидоров и яиц, 50 г брынзы, киндза, соль.

Способ приготовления. С помидоров срежьте верхушку, острой чайной ложечкой выскоблите сердцевину, в каждый помидор выпустите по одному яйцу, посолите, посыпьте брынзой, измельченной киндзой и накройте срезанной верхушкой. Аккуратно положите в горшочки помидоры, поставьте в духовку и запекайте до готовности яиц.

«КРАСНАЯ ДЕВИЦА»

Требуется: 1 кг моркови, 200 г творога, по 100 г сливочного масла и сахара, 0,5 л молока, по 50 г изюма и грецких орехов, мускатный орех.

Способ приготовления. Творог разотрите с сахаром, грецким орехом, сливочным маслом, добавьте мускатный орех. Морковь натрите на терке, смешайте с изюмом, перемешайте с творогом, выложите в горшочки. Залейте горячим молоком и поставьте в духовку.

«ЗДОРОВЕНЬКИ БУЛЫ»

Требуется: 0,5 кг тыквы, 1 кг яблок, по 100 г сливочного масла и сахара, 0,5 л сливок, 3/4 стакана манной крупы.

Способ приготовления. Тыкву нарежьте брусочками, обжарьте в сливочном масле. Яблоки нарежьте дольками, уложите слоями в горшочки, пересыпьте сахаром, залейте горячими сливками и поставьте в духовку. За 5 минут до готовности всыпьте тонкой струйкой манную крупу и перемешайте.

РАГУ

«РАДОСТЬ ОГОРОДНИКА»

Требуется: 10–15 мелких молодых картофелин, по 2 луковицы и моркови, по 2 ст. л. томатной пасты и топленого масла, лавровый лист, зеленый горошек, зелень, соль.

Способ приготовления. Мелко нарежьте лук, морковь, обжарьте на топленом масле, добавьте томатной пасту, лавровый лист, подлейте немного горячей воды, всыпьте половину нарезанной зелени и потушите 5–7 минут. Картофель положите в

горшочки, залейте полученной массой, разбавьте кипятком и поставьте в духовку. За несколько минут до готовности добавьте зеленый горошек и посыпьте зеленью.

ИНТЕРЕСНЫЕ ФАКТЫ

Недавно в Гамбурге состоялся фестиваль поваров, в котором приняли участие 107 кулинаров из 23 стран. Главный приз в конкурсе на лучший соус достался нашему соотечественнику Владимиру Дебердееву за приготовление майонезного соуса, весьма обыкновенного на первый взгляд, но имеющего свои тонкости.

Для его приготовления берут полную чайную ложку готовой сарептской горчицы, 2 куска сахара, немного соли и 2 крутых желтка. Все это тщательно перемешивают, а затем прибавляют по 1 ч. л. прованского масла до полфунта и несколько капель уксуса, не переставая мешать, пока не используют все намеченное количество и пока соус не обратится в густую пену. Тогда кладут 1 ст. л. каперсов и мелко нарезанного эстрагона. Для желающих воспользоваться этим рецептом даем некоторые пояснения.

Сарептская горчица – это любая острая горчица от острой русской до сладкой французской. Каперсы можно заменить маринованными зелеными семенами настурции, а кусковой сахар – сахарным песком. Прованское (оливковое масло) заменимо подсолнечным, только дезодорированным (лишенным специфического запаха семечек).

А вместо того чтобы непрерывно помешивать все продукты вручную, можно воспользоваться венчиком или миксером.

«ОВОЩНАЯ ФАНТАЗИЯ»

Требуется: 1 кочан цветной капусты, 1 кг молодой утки, 1 луковица, 1 морковь, 2 помидоры, 10 молодых картофелин, 2 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. муки, 0,5 л мясного бульона, зелень петрушки, соль, на кончике ножа белого перца, 0,5 чашки белого вина, 2 яйца вкрутую.

Способ приготовления. Цветную капусту поварите на пару 30 минут. Выньте кости и снимите кожу с утки, нарежьте кусочками, лук – кубиками, морковь – ломтиками. Снимите кожицу с

помидоров и порежьте, удалив зернышки. Почистите картофель. В сотейнике разогрейте оливковое масло, хорошенько подрумяньте на нем мясо утки. После чего выньте и отложите. На том же масле поджарьте лук, морковь и муку. Добавьте помидоры, петрушку, соль, перец, вино. Залейте бульоном и 30 минут все поварите. Протрите овощи через сито и снова положите в сотейник. Добавьте картофель и потушите 30 минут до готовности, после чего положите разобранную на части капусту. Прежде чем подавать к столу, украсьте ломтиками вареного яйца.

«ГРИБНОЕ ЛУКОШКО»

Требуется: 200 г свежих опят, 100 г рыжиков, 5 картофелин, 1 морковь, 1 свекла, 1 луковица, по 4 ст. л. сливочного масла или маргарина и томатной пасты, 1 ст. л. растительного масла, 3 ст. л. сметаны, лавровый лист, черный молотый перец и соль по вкусу.

Способ приготовления. Опята и рыжики нарежьте небольшими кубиками и слегка обжарьте в сливочном масле. Отдельно пожарьте картофель, свеклу, морковь, нарезанные небольшими кубиками. Репчатый лук очистите, нарежьте колечками и обжарьте на растительном масле до золотистого цвета. Подготовленные овощи и грибы сложите в кастрюлю, посолите, поперчите, добавьте томатную пасту и 1 стакан горячего куриного бульона. Тушите рагу 40–60 минут на медленном огне. В конце тушения заправьте рагу сметаной и добавьте лавровый лист. Готовое рагу подавайте с картофельным пюре и отварными макаронами.

«МАВРИТАНСКАЯ РОЗА»

Требуется: по 200 г белых грибов и говядины, 500 г мяса цыпленка, 1 луковица, 1 морковь, 2 помидора, 10 молодых картофелин, 3 ст. л. растительного масла, 5 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. муки, по 0,5 стакана белого вина и куриного бульона.

Способ приготовления. Грибы нарежьте небольшими кубиками и пассеруйте вместе с мелко нарезанным репчатым луком на растительном масле. Мясо цыпленка и говядины нарежьте небольшими кусочками. Морковь нарежьте кружочками. С помидоров снимите кожицу, удалите зернышки и нарежьте кубиками. Картофель нарежьте крупными кубиками. В кастрюле

или сотейнике разогрейте оливковое масло и обжарьте на нем мясо. Выложите его, а в оставшемся масле обжарьте морковь. Добавьте муку, белое вино, соль, залейте куриным бульоном и вскипятите. Положите поджаренное мясо, грибы, картофель и тушите 25–30 минут.

Готовое рагу выложите в блюдо с высокими краями и украсьте помидорными колечками, а в середину воткните розочку из помидора.

«УФИМСКОЕ»

Требуется: 1 курица, 1 морковь, 1 луковица, 400 г картофеля, по 200 г капусты и цуккини, масло для обжаривания, соль, специи.

Способ приготовления. Обработанную курицу порежьте порционными кусками. Мясо положите в кастрюлю и залейте небольшим количеством воды. Тушите 20 минут. Порежьте овощи кубиками и ссыпьте в кастрюлю с курицей. Лук порежьте, обжарьте в масле и переложите в готовящееся рагу. Посолите и приправьте. Все должно получиться и не слишком густым, и не жидким, как суп. К столу подайте в глубоком блюде.

«ВЕЧЕРА В СУХУМИ»

Требуется: 500 г нежирной говядины, 1 крупная луковица, 1 стакан кофе, 3 крупные морковки, 5 ст. л. сметаны, соль, 100 г чернослива, сливочное масло для обжаривания.

Способ приготовления. Говядину очистите от пленок и порежьте небольшими кусочками. В глубокой сковороде разогрейте масло и обжарьте кусочки мяса. Порежьте кольцами лук и выложите его в сковороду. Обжарьте лук вместе с мясом. Мясо немного посолите и тушите еще 10 минут. Сварите крепкий кофе и вылейте 1 стакан в сковороду. Тушите мясо в «кофейном» бульоне 10 минут. Морковь порежьте колечками и выложите в сковороду. Чернослив разрежьте пополам и тушите вместе с мясом еще 5 минут. Перед снятием с огня добавьте сметану.

ГЛАВА IV
ИЗДЕЛИЯ ИЗ ТЕСТА

1. ТОРТЫ

ИЗ БИСКВИТНОГО ТЕСТА

«ПОЛОСАТИК»

Требуется: 1,25 стакана муки, 3/4 стакана сахара, 1 ч. л. разрыхлителя, пакетик ванильного сахара, 4 яйца, 1 ст. л. какао, 50 г сливочного масла или маргарина, 2 ст. л. молока.

Для крема: 2 стакана молока, 2 ч. л. манки, 200 г сливочного масла, пакетик ванильного сахара.

Для глазури: 1 стакан сахара, 0,5 стакана воды, 4 ст. л. какао, 2 ст. л. масла.

Способ приготовления. Яйца взбейте с сахаром до получения пышной массы. Добавьте в муку разрыхлитель, какао, масло или маргарин, молоко. Все хорошо перемешайте, выложите тесто в смазанную сливочным маслом или маргарином сковороду. Поставьте в разогретую до 200 °С духовку и выпекайте 30 минут.

Для крема доведите молоко до кипения, непрерывно помешивая, введите манку и поварите 5 минут на медленном огне, не переставая помешивать. Снимите с огня, остудите. Добавьте масло, ванильный сахар и взбейте до получения однородной массы.

Для глазури смешайте сахар с водой и какао, поставьте на огонь и варите, не доводя до кипения, до полного растворения сахара. Добавьте сливочное масло, остудите.

Корж выньте, остудите, разрежьте на 3 части. Нижний густо намажьте кремом, накройте другим коржом, намажьте его кремом, сверху положите третий корж. Смажьте оставшимся кремом торт со всех сторон, сверху облейте глазурью и поставьте в холодильник на 5 часов.

«МУЛАТКА»

Требуется для теста: по 4 ст. л. муки и сахара, 5 яичных желтков, 8 яичных белков.

Для сливочного крема: 2 стакана сливок, 2 ч. л. сахарной пудры, 0,5 ч. л. ванильного сахара, 1,5 стакана измельченных грецких орехов.

Для помадки: по 8 ст. л. сахарного песка и кипяченой воды, 1 ст. л. любого ликера.

Способ приготовления. Замесите бисквитное тесто только взбиванием, без подогрева, и сформуйте из него на бумаге три лепешки разной величины: большую, среднюю и маленькую. Лепешки выпекайте осторожно и быстро при температуре не выше 250 °С. После выпечки охладите, снимите бумагу, смажьте маленькую лепешку кремом, поместите на нее среднюю лепешку, края которой прижмите к нижней лепешке, и также смажьте кремом, затем третью лепешку, края которой тоже прижмите таким образом, чтобы получился куполообразный торт. Заглазируйте его помадой и украсьте орехами.

Для сливочного крема охладите сливки и налейте их в холодную посуду, поставьте в холодную воду или на лед и взбивайте венчиком до получения густой и пышной пены. Во время взбивания понемногу в массу добавляйте ванильный сахар и сахарную пудру, а чуть позже, также не прекращая взбивания, орехи или миндаль.

Для помады сахар всыпьте в кастрюлю, залейте горячей водой и перемешивайте до его полного растворения. Полученную массу варите на сильном огне, не помешивая, а когда сироп начнет закипать, снимите пену, плотно накройте крышкой и варите до загустения. Перед концом варки добавьте 5 капель лимонной кислоты или лимонного сока, немного охладите, а затем взбивайте сироп деревянной лопаткой, пока он не побелеет.

«АРОМАТНЫЙ»

Требуется: для основного бисквитного теста по 1,5 стакана муки и сахара, 6 яиц.

Для второго бисквитного теста: по 1,5 стакана муки и сахара, 5 яиц, 3 ст. л. клюквенного сока.

Для сиропа: 5 ст. л. сахара, по 1 стакану рома и воды, лимон.

Для глазури: 1,5 стакана сахара, 1 ст. л. рома, 3 ст. л. кипятка.

Для шоколадного теста: 150 г сливочного масла, по 5 ст. л. сахара, муки и молотых орехов, 5 яиц, ванилин.

Способ приготовления. Из основного теста испеките бисквит в круглой форме, остудите его и разрежьте на две одинаковые лепешки. Приготовьте второе бисквитное тесто, разделите его на две части, полейте клюквенным соком для придания розового цвета и обе части теста выпекайте в продолговатой форме.

Для шоколадного теста масло разотрите с сахаром и

шоколадом, затем по одному введите желтки, ванилин, орехи, муку и предварительно взбитые в густую пену белки. Полученную массу поместите в прямоугольную форму и выпекайте.

Когда корж будет готов, остудите его, порежьте на кубики одинаковой величины, поместите в миску, залейте охлажденным соком и тщательно перемешайте. На нижнюю круглую лепешку уложите бисквит розового цвета, поверх него – шоколадный, затем опять розовый, потом шоколадный и снова розовый, накройте торт основной круглой лепешкой, затем фанеркой, сверху положите груз и поставьте в холодильник на 12 часов.

По истечении этого времени выньте торт из холодильника, залейте его глазурью сверху и с боков, а из тоненькой трубочки кондитерского шприца или мешка выпустите розовую глазурь в форме сетки. На каждую клетку положите по ягоде из варенья или любой засахаренный фрукт.

Для глазури сахар залейте кипятком и ромом и варите под закрытой крышкой на сильном огне до тех пор, пока капля сиропа при опускании в стакан с холодной водой не превратится в круглый шарик. Глазурь сбрызните холодной водой и остудите ее до средней температуры, а потом разотрите деревянной ложкой, чтобы получилась белая однородная гладкая масса, по структуре напоминающая жидкое тесто. Четвертую часть глазури отделите и окрасьте в розовый цвет клюквенным соком.

«НЕЖНОСТЬ»

Потребуется: 4 яйца, 0,5 стакана сахарной пудры, 1,5 стакана миндаля, 130 г сахара, 3 желтка, 1 ч. л. корицы, 4 шт. гвоздики, 1 стакан клубничного джема, 30 г дрожжей, 350 мл молока, желток.

Способ приготовления. Яичные желтки разотрите с сахаром, добавьте в полученную массу миндаль, мак, корицу, молотую гвоздику, лимонную цедру, предварительно взбитые в густую пену яичные белки, тертые бисквитные сухари и всю массу осторожно перемешайте.

Выложите тесто в смазанную маслом и посыпанную мукой форму и выпекайте. Затем охладите, разрежьте на два одинаковых пласта, пропитайте фруктовым соком, намажьте любым вареньем, соедините, а сверху украсьте белковой пеной и фруктами.

Для белковой пены яичный белок смешайте с сахарной пудрой, лимонным соком и взбивайте, пока масса не загустеет.

«СЛАДКОЕЖКА»

Требуется: 10 яиц, по 1 стакану муки и сахара, пакетик ванильного сахара.

Для крема: 250 г сгущенного молока, 300 г сливочного масла.

Для украшения: 100 г обжаренных и измельченных грецких орехов.

Способ приготовления. Белки аккуратно отделите от желтков. Желтки взбейте с 0,5 стакана сахара до полного растворения последнего. Одновременно в другой посуде (стеклянной или эмалированной) взбейте белки. В посуде не должно быть ни малейших признаков жира. Удобно при одновременном взбивании желтков и белков использовать миксер с двумя насадками.

Взбитые белки соедините с желтками, добавьте осторожно муку, ванильный сахар. Выложите тесто на смазанную сливочным маслом или маргарином сковороду. Выпекайте при температуре 180 ˚С 25 минут.

Для крема сгущенное молоко взбейте с маслом до получения однородной массы. Готовый бисквит остудите, разрежьте вдоль на 3 части, каждый корж смажьте кремом. Оставшимся кремом обмажьте бисквит со всех сторон, сверху посыпьте измельченными орехами и поставьте в холодильник на 3 часа. Этот бисквит отличается необыкновенно нежным вкусом.

«ЗВЕЗДОПАД»

Требуется: 250 г сгущенного молока, 1 стакан крахмала, 2 яйца.

Способ приготовления. Смешайте сгущенное молоко с крахмалом и взбитыми яйцами. Выпекайте в смазанной маслом форме в хорошо прогретой духовке 15–20 минут. Этот бисквит легко превратится в чудный торт, если разрежете его на 3 части и смажете каждую из них кремом.

«АПЕЛЬСИНОВЫЙ НЕКТАР»

Требуется: 1,5 стакана муки, 2 стакана сахара, 12 яиц, 0,5 л молока, 3 апельсина.

Способ приготовления. Для бисквитного теста желтки восьми яиц разотрите с 1 стаканом сахара. Добавьте цедру одного апельсина, 1,25 стакана муки просейте и смешайте с растертыми желтками. Добавьте взбитые до крепкой пены белки, слегка перемешайте и переложите в форму, смазанную жиром.

Выпекайте в духовке при температуре 180–200 ˚С.

Пока печется бисквит, приготовьте заварной крем. Оставшиеся яйца разотрите с оставшимся сахаром, добавьте 2 ст. л. муки, перемешайте, влейте молоко. Затем поставьте на огонь и помешивайте, а когда закипит, снимите с огня и остудите.

Готовый бисквит разрежьте вдоль на 3 части, смажьте все коржи кремом и проложите тонкими дольками очищенных апельсинов. Верхний корж украсьте апельсиновыми дольками так, как подскажет фантазия.

«КОРОЛЕВА МАРГО»

Требуется: 2 стакана муки, 11 яиц, 3 стакана сахара, 0,5 стакана молока, 200 г несоленого масла, 0,25 пакетика ванильного сахара, 200 г миндаля.

Способ приготовления. Разотрите желтки 10 яиц с 2 стаканами сахара, добавьте муку и промытый, обсушенный и истолченный в ступке или пропущенный через мясорубку миндаль. Хорошо перемешайте, затем добавьте взбитые белки и снова перемешайте, но осторожнее, снизу вверх.

Выпекайте бисквитные коржи в духовке при температуре 180 ˚С в смазанной маслом форме. Готовые коржи смажьте сливочным кремом. Для него 1 стакан сахара разотрите с 1 яйцом, добавьте молоко и варите смесь на небольшом огне до закипания, непрерывно помешивая. Отдельно взбейте масло добела и, продолжая взбивать, постепенно смешайте с охлажденной смесью. В крем добавьте ванильный сахар или ликер. Украсьте верх торта розами (или любыми другими цветами) с помощью кулинарного шприца.

ИЗ ПЕСОЧНОГО ТЕСТА

«ПОЛЯРНОЕ СИЯНИЕ»

Требуется: 6 яиц, по 2 стакана сахара и муки.

Для песочного теста: 3 стакана муки, 0,5 стакана сахара, 300 г сливочного масла, 3 желтка, 2 ч. л. сметаны.

Для заварного крема: 200 г сливочного масла, 1 яйцо, 2 стакана молока, 1 стакан сахара, пакетик ванильного сахара, по 1 ч. л. картофельной и пшеничной муки.

Для шоколадного крема: 200 г шоколада, 500 г сливочного масла, 4 яйца, 3 стакана сахара, пакетик ванильного сахара, 0,5

стакана молока.

Способ приготовления. Вначале испеките бисквит, а для песочного теста смешайте муку с сахаром, добавьте масло, предварительно порубленное в миске ножом, сметану, желтки и замесите тесто. Разделите его на три части и на полчаса положите в холодильник. После этого выпекайте песочные коржи до золотистого цвета в форме, тщательно смазанной маслом и сверху посыпанной мукой.

Когда коржи остынут, возьмите один песочный корж, обильно смажьте его заварным кремом, на него положите половину бисквитного коржа, смазанного шоколадным кремом, затем вторую половину бисквита смажьте заварным кремом, сверху укладывайте второй песочный корж. Бока торта покройте сплошь кремом через кондитерский мешок или шприц с узорчатым наконечником. Крем на бока наносите осторожно, полосками, одну рядом с другой, а выдавливайте лучше сверху вниз.

Третий песочный корж скалкой измельчите в крошку и засыпьте ею торт сверху по диагонали так, чтобы получились полосы, между которыми из кондитерского мешка выдавите ровные полоски шоколадного крема. После этого поставьте торт в холодильник, где он должен находиться не менее пяти часов до подачи.

ТОРТ ОТ ДЖЕНИФЕР ЭНИСТОН

Требуется для теста: 4 стакана муки, 4 ст. л. меда, 1 стакан сахара, 100 г сливочного масла, 2 ч. л. разрыхлителя.

Для крема: 800 г сметаны, 3 стакана сметаны, 1,5 стакана сахара, 25 г шоколада, 0,5 стакана орехов, ванилин на кончике ножа.

Способ приготовления. Мед, сахар, яйца, размягченное сливочное масло и разрыхлитель размешайте до получения однородной массы и прогрейте на водяной бане, чтобы сахар полностью растворился. Всыпьте муку и хорошенько перемешайте. Разделите тесто на шесть одинаковых частей и раскатайте одинаковые тонкие коржи. Противень смажьте маргарином, посыпьте мукой и выпекайте коржи в предварительно разогретой духовке.

Для крема взбейте миксером сметану, постепенно всыпая сахар, и взбивайте до получения однородной пышной массы. Добавьте толченые ядра орехов, перемешайте и смажьте кремом охлажденные коржи, укладывая их друг на друга. Сверху посыпьте торт

тертым шоколадом, украсьте орешками, взбитыми сливками, засахаренными фруктами.

«КОНФЕТТИ»

Требуется: 9 яиц, 2 стакана сахарной пудры, 3 ч. л. ванильного сахара, 200 г растертых грецких орехов, 5 ст. л. муки высшего сорта, щепотка пищевой соды.

Для начинки: 0,5 стакана сахарной пудры, 150 г сливочного масла, 1 стакан растертых орехов, 5 ч. л. рома.

Для ромовой помадки: 1 стакан сахарной пудры, по 1 ст. л. кипятка и рома, 1 ч. л. растительного масла.

Способ приготовления. Яичные желтки разотрите с сахарной пудрой и ванильным сахаром до получения густой пены. Яичные белки взбейте в густую пену, добавьте в нее муку, орехи, пищевую соду и все компоненты перемешайте с желтковой массой. Затем выложите тесто в смазанную и обсыпанную мукой форму и выпекайте в духовке при не слишком высокой температуре.

Когда корж будет готов и охлажден, разрежьте его на два пласта одинаковой толщины, смажьте их начинкой и соедините. Верх торта и его боковые стороны заглазируйте ромовой помадки и украсьте по своему усмотрению.

Для начинки сахарную пудру тщательно разотрите с маслом до получения однородной массы, добавьте в нее орехи, ром и хорошенько перемешайте.

Для ромовой помадки сахарную пудру залейте кипятком, тонкой струйкой введите в нее ром, растительное масло и перемешайте массу до загустения.

«РУСИЧ»

Требуется: 500 г печенья песочного или бисквитного, 200 г сливочного масла (или маргарина), 1 стакан сахарной пудры, 2 ст. л. какао, 2 стакана молока, 1 ст. л. муки, 50 г измельченных грецких орехов, 60 г джема (яблочного или вишневого), порошок ванилина.

Способ приготовления. В кипяченое молоко всыпьте муку, какао и 1 ст. л. сахара. Все это варите на слабом огне и помешивайте. Как только масса закипит, снимите кастрюлю с огня, массу охладите. Масло взбейте с сахарной пудрой до получения однородной массы. Не переставая взбивать, добавьте молочный крем. Печенье погрузите в холодное молоко и уложите

пластами, смажьте кремом и посыпьте орехами. Верхний пласт украсьте фруктами (дольки яблока, манго или клубники), посыпьте измельченными орехами и кокосовой стружкой. Выдержите 3–4 часа и подавайте к чаю.

«ТРОПИЧЕСКИЙ»

Требуется для теста: 5 яиц, 1 стакан сахара, 0,5 пачки ванильного сахара, 250 г сливочного масла, 1,5 стакана муки, 1 ст. л. белых сухарей, пачка порошка для печенья.

Для начинки: малиновое или клубничное варенье, ядра молотых грецких орехов, 5 ст. л. сахарной пудры, 2 яйца, 2 ст. л. молока, 0,5 пачки ванильного сахара, по 50 г шоколада и сливочного масла.

Способ приготовления. Пять яичных желтков, сахар и ванильный сахар взбейте в густую пену, добавьте в нее предварительно растертое до состояния густой сметаны сливочное масло, просеянные сухари, смешанный с мукой порошок для печенья и густую пену из пяти взбитых белков.

Форму для выпечки смажьте маслом и посыпьте мукой, поместите в нее массу и выпекайте 4 коржа при средней температуре. Нижний пласт покройте кремом, второй смажьте фруктовым вареньем, третий снова смажьте кремом, а весь торт покройте кремом и посыпьте ванильным сахаром.

Для крема сахарную пудру разотрите с яйцами в пену, добавьте ванильный сахар и варите до однородной густой массы. Охладите, а потом добавьте шоколад, сливочное масло и все компоненты разотрите однородной массы.

«МОНТЕРРЕЙ»

Требуется: 200 г муки, 100 г сливочного масла, 250 г сахара, 2 желтка, щепотка соли, 1 стакан воды, 70 г мармелада абрикосового.

Для миндальной массы: 50 г сахара, щепотка соли, 150 г муки, 300 г миндаля очищенного, 4 белка, 50 г масла.

Способ приготовления. В муку добавьте сахар, желток, соль, масло и воду. Готовое тесто охладите. Затем раскатайте в пласт и выложите им форму. Мармеладом намажьте нижнюю часть теста. Для миндальной массы смешайте яйцо, 50 г сахара, соль, муку, добавьте белки и растопленное масло. Выпекайте 45 минут. Горячий торт украсьте кремом и кокосовой стружкой.

«РОМАНТИКА»

Требуется: 2 стакана муки, 2,5 стакана сахара, 10 яиц, 2,5 ст. л. какао.

Для крема: 6,5 ст. л. какао, 1,5 стакана коньяка, 600 г сливочного масла, 6 ст. л. молока, 3 стакана сахара, 5 яиц, 2,5 стакана вишен, 150 г шоколада, 1,5 пакетика ванильного сахара.

Способ приготовления. В эмалированной посуде на пару взбейте яйца с сахаром до загустения, затем снимите с огня и продолжайте взбивать до полного охлаждения массы. В полученную массу осторожно введите муку и какао и выложите в форму, смазанную маслом и посыпанную мукой. Корж выпекайте в духовке при средней температуре.

По готовности остудите и разрежьте корж пополам, из одной части вилкой выньте весь мякиш, оставив только основу из корки. Мякиш тщательно разотрите с третьей частью всего количества крема, потом смешайте его с половиной вишен, разделите пополам и уложите обратно внутрь коржа.

На нижнюю половину торта выложите часть оставшегося крема, потом вишни, а затем остальной крем, а сверху поместите разрезом вниз вторую половину торта. Шоколад разотрите с 2 ст. л. молока, облейте этой смесью торт сверху и с боков, хорошенько разровняйте ножом и остудите.

Для крема какао смешайте с сахаром, добавьте молоко, яйца, поставьте на огонь и непрерывно помешивайте. Когда масса закипит и сахар полностью растворится, охладите ее. Из вишен выньте косточки и за несколько дней до приготовления торта залейте их коньяком, перемешайте с сахаром, хорошенько закройте крышкой и оставьте настаиваться. Сливочное масло и оставшийся сахар разотрите и постепенно введите в него остывшую массу из какао и яиц, потом всыпьте ванильный сахар.

«МАЭСТРО»

Требуется: для песочного теста 2 стакана пшеничной муки, 300 г маргарина, 1 стакан сахара, 2 яйца.

Для крема: 250 г сгущенного молока, 400 г сливочного масла, 1 ст. л. коньяка, ванилин.

Для начинки: 5–6 яблок, цедра 1 лимона, 1 стакан малинового желе, 2 стакана сливок, 0,5 стакана орехов.

Способ приготовления. Муку смешайте с сахаром, порубите ножом вместе с маслом, введите взбитые яйца, не прекращая рубить, а затем все компоненты быстро смешайте в однородную

массу и поставьте в холодильник на полчаса.

После этого все тесто пропустите через мясорубку, но без ножа, выложите на лист и запекайте в духовке до получения коричневой крошки, но при этом не забывайте помешивать, чтобы крошка не пригорела. Остудите ее и добавьте в крем.

Одну часть полученной массы выложите в плоскую посуду, придайте ей форму круглого торта, переложите дольками яблок, предварительно потушенными, посыпьте лимонной цедрой, а сверху выложите оставшуюся массу.

На поверхности торта с помощью чайной ложки сделайте круглые ямки и заполните их остывшим клюквенным желе, а края торта обсыпьте поджаренными и измельченными орехами.

Взбейте сливки с 2 стаканами сахара и ванилина, затем выдавите их через фигурный наконечник кондитерского шприца вокруг ямочек из желе.

Для крема банку со сгущенным молоком проварите в течение трех часов, остудите и по частям добавьте его к взбитому маслу. Потом, продолжая взбивать, введите ванилин и коньяк.

Яблоки очистите, нарежьте дольками, выложите их на лист, долейте немного воды, перемешайте с 1 ст. л. сахара и тушите в духовке до мягкости, следя за тем, чтобы при этом они сохранили форму.

Желе приготовьте из стакана клюквенного сока с добавлением стакана кипятка, 2 ст. л. сахара и 2 ч. л. ложек разбухшего желатина.

«БРИЗ»

Требуется: 10 яиц, 1 стакан сахарной пудры, 0,5 стакана муки, 2 ч. л. какао-порошка, 100 г растертых орехов.

Для начинки: 300 г сливочного масла, 0,5 стакана сахарной пудры, по 3 ст. л. ванильного сахара и рома, 5 ст. л. растертых орехов.

Способ приготовления. Яичные белки взбейте в густую пену и, не переставая размешивать, введите сахарную пудру, яичные желтки и муку, после чего тесто разделите на три части. В одну из них добавьте просеянный какао-порошок, а в другую – растертые орехи.

Каждую из этих частей выпекайте в отдельной смазанной маслом и посыпанной мукой форме, а затем охладите. Нижний темный корж смажьте начинкой, положите сверху на него светлый ореховый корж, а потом весь торт смажьте приготовленной начинкой.

Для начинки масло с сахарной пудрой и ванильным сахаром разотрите до получения однородной пены, затем добавьте в нее ром, орехи и все компоненты тщательно размешайте.

«СЮИТА»

Требуется для опары: 1 ст. л. муки, 0,5 стакана молока или воды, 50 г дрожжей.

Для теста: 2 стакана муки, 2 яйца, 250 г сливочного масла или маргарина, 1 ст. л. сахарного песка.

Для начинки: 1 лимон, 1 стакан сахарного песка.

Для украшения: 1 яйцо, масляный крем из 100 г масла и 4 ст. л. сгущенного молока, 1 стакан любых фруктов.

Способ приготовления. В теплой воде или молоке растворите дрожжи и перемешайте с мукой, а затем поставьте опару в теплое место на 1 час. После этого к опаре добавьте яйцо, сахар, муку и масло, предварительно рязмягченное до консистенции сметаны. Все компоненты тщательно перемешайте и поставьте еще на час в теплое место для отстаивания.

Для лимонной начинки вымойте лимон, вытрите его насухо, удалите семена и натрите его на мелкой терке. К полученному лимонному пюре добавьте сахарный песок или сахарную пудру и растирайте в течение 5 минут.

Третью часть теста раскатайте в круглую лепешку и поместите на противень, сверху выложите лимонную начинку, чтобы края лепешки остались свободными, и смажьте их яйцом.

Оставшееся тесто раскатайте в круглую лепешку такого же размера, как и нижняя, накройте ею начинку, плотно сожмите края верхней и нижней лепешек так, чтобы при выпечке начинка не вышла на противень. Верхнюю лепешку приколите кончиком ножа в нескольких местах, старясь не задевать при этом нижней лепешки. Дайте тесту расстояться 30 минут, а потом выпекайте в духовке. Охладите и украсьте кремом и фруктами.

Для крема размягчите сливочное масло до консистенции густой сметаны, взбейте его венчиком до пышной массы белого цвета, постепенно введите сгущенное молоко. Полученную массу продолжайте взбивать до однородной густой пышной массы.

«НЕАПОЛИТАНСКИЙ ЗАЛИВ»

Требуется: 100 г масла, 50 г сахарной пудры, 1 желток, 50 г джема апельсинового, 250 мл сливок, 100 г сахара, 6 яиц, цедра 3

лимонов, апельсин, 50 г сахара, 2 ст. л. воды.

Способ приготовления. Песочное тесто, замешанное из муки, сахара, масла и желтка, поместите в холодильник, затем раскатайте в лепешку и выложите в форму. Низ намажьте апельсиновым джемом. Покройте тесто массой из сливок, сахара, яйца, цедры и поставьте в духовку на 50–60 минут. В горячий сироп, состоящий из воды и сахара, выложите дольки апельсина на несколько минут. Затем уложите апельсины на готовый торт и украсьте его ягодами.

«МАТАДОР»

Требуется: по 150 г муки и сахара, 60 г марципана, щепотка соли, 1 яйцо, 6 желтков, 6 белков, 50 г крахмала, 60 г тертого шоколада, 20 г рубленых фисташек.

Способ приготовления. Разотрите немного сахара, марципан, соль, яйца, желтки, добавьте в массу взбитые белки, муку в смеси с крахмалом и в заключение – тертый шоколад. Выпекайте 45–60 минут. Готовый торт обмажьте растопленным шоколадом и посыпьте кокосовой стружкой.

«ВОЛШЕБНАЯ ШКАТУЛКА»

Требуется: по 250 г масла и муки, 120 г миндаля, 4 сваренных вкрутую желтка, 140 г сахарной пудры и растертой в порошок ванили, 4 белка, 100 г сахарной пудры, 200 г джема абрикосового.

Способ приготовления. Замесите песочное тесто, из него испеките в форме 4–5 тонких коржей. Белки и сахарную пудру взбейте в пену и смешайте с джемом. Пену с джемом разотрите до кремообразного состояния. Намажьте им коржи и сложите их. Верхний пласт облейте глазурью (разотрите сахарную пудру с джемом и добавьте лимонный сок).

«ВОСТОЧНЫЙ БАЗАР»

Требуется: 250 г маргарина, 5 яиц, 200 г пряников, по 1 стакану орехов, сахара и молока, питьевая сода, белое вино, варенье.

Для начинки: 350 г масла, 40 г какао, по 1 стакану сахара и воды, 4 яйца, 2 ст. л. коньяка.

Для крема: 2 яйца, 1 л молока, 3 банана, 3 г желатина, 13 г изюма, 10 г сахара, цедра лимона.

Способ приготовления. Маргарин взбейте с сахаром, добавляя желтки. В массу добавьте тертые пряники, молоко, орехи и соду. Все тщательно перемешайте и осторожно добавьте взбитые белки. Тесто поставьте в разогретую духовку и выпекайте. Охлажденный торт разрежьте на три пласта. Нижний пласт смажьте вареньем, средний – начинкой. Перед смазыванием пласты сбрызните вином. Верхний пласт смажьте кремом, украсьте крошками торта, измельченными орехами, тертым песочным печеньем. При помощи кондитерского мешка выдавите крем, делая листочки, узоры и пирамидки.

Для начинки сахарный сироп вылейте к взбитым яйцам и маслу. Помешивая, добавьте коньяк.

Для крема яйца взбейте и введите их в подслащенное молоко, добавьте бананы, нарезанные кубиками, мелко нарезанную цедру, изюм, подготовленный желатин и варите на водяной бане.

«ЯРОСЛАВНА»

Требуется: по 3 стакана сливок, сахара и клюквенного варенья, 400 г песочного теста, ванилин, по 3 ст. л. муки и крахмала, 7 яиц.

Для клюквенного желе: по 1 стакану клюквенного сока и воды, 2 ст. л. сахара, 1 ч. л. желатина.

Способ приготовления. Желтки взбейте с сахаром и ванилином, добавьте взбитые белки, муку и крахмал. Массу перемешайте. Выпекайте коржи при умеренном нагреве. Для желе: желатин смешайте с 1 стаканом воды, добавьте сахар и сок.

Испеченный пласт смажьте взбитыми с ванилином сливками. Охлажденный торт разрежьте на тонкие полоски. Одну полоску скатайте рулетом и положите в середину круглого пласта из песочного теста. Остальные полоски накрутите и разложите вокруг рулета. Торт залейте желе, бока украсьте взбитыми сливками.

ИЗ СЛОЕНОГО ТЕСТА

Для начала расскажем, как готовить классическое слоеное тесто. Этот рецепт одинаков для всех видов тортов, где применяется такое тесто. На 2 стакана муки берите неполный стакан холодной воды, 250 г сливочного масла, 1 яичный желток,

щепотку соли и лимонной кислоты.

Слоеное тесто готовить достаточно сложно, поэтому разбейте процесс на три операции.

Замешивание теста. Муку просейте в миску или горкой на доску, в центре сделайте углубление. Взбитый белок, воду, соль и лимонную кислоту смешайте, влейте в углубление и вымешивайте тесто до гладкости. При необходимости добавьте немного муки или жидкости. При вымешивании в тесто можно положить 1–2 ст. л. масла. Тесто накройте тканью и выставьте на холод на полчаса.

Подготовка масла. Холодное масло смешайте с 2–3 ст. л. муки, раскатайте на посыпанной мукой доске в виде квадрата или прямоугольника и также выставьте на холод. И тесто, и масляная масса должны быть одинаково крутыми.

Раскатывание теста. Сначала тесто раскатайте так, чтобы получился квадратный кусок, вдвое больший, чем кусок масляной смеси. Причем в середине он должен быть толще, чем по краям. Подготовленную масляную смесь кладите посередине квадрата углом, края теста загните внутрь «конвертом», затем тесто раскатайте и вновь повторите операцию. Охлажденное тесто вновь раскатайте так, чтобы слои не превратились в однородную массу, сложите и выдержите 15 минут на холоде. Всю эту процедуру повторите 3–4 раза. Готовое тесто храните в холодильнике.

Есть еще один способ приготовления слоеного теста, но оно получается не такое пышное и нежное. На 2 стакана муки возьмите 200 г сливочного масла или маргарина, 0,5 стакана холодной воды, 1 ч. л. сахара, щепотку соли.

Последовательность такова: на доску положите маленькие кусочки масла, на него просейте муку и все вместе мелко рубите ножом. Соль и сахар растворите в воде, смешайте с мукой и маслом и быстро вымесите гладкое блестящее тесто. Через несколько часов выдержки на холоде тесто можете использовать, раскатав его перед выпечкой 2–3 раза.

«ТРАДИЦИОННЫЙ»

Требуется: 500 г слоеного теста, 250 мл молока, 50 г сахара, 4 яйца, 3 ст. л. муки, 300 г сливочного масла или маргарина.

Способ приготовления. Раскатайте тесто в виде колбаски и разрежьте на 10–15 частей. Раскатайте каждую часть и положите на противень. Лепешку сверху наколите вилкой в нескольких местах. Одну из них оставьте на крошки.

Для крема налейте в ковш молоко, добавьте сахар и поставьте на огонь, постоянно помешивая. Яйцо взбейте до образования пены и тонкой струйкой вливайте в кипящий молочный сироп. Затем разведите муку в молоке и запустите в кипящий молочный сироп. Остудите и добавьте масло или маргарин. Взбейте до однородной пышной массы. Теперь приготовьте сам торт. Для этого лепешки смажьте готовым кремом, сложите одну лепешку на другую и положите под легкий пресс. Готовый торт поставьте в теплое место на 2,5 часа, чтобы крем впитался. Затем поставьте в холодильник.

«МАЛИНОВКА»

Требуется: 500 г слоеного теста.

Для крема: 300 г сметаны, 50 г сахара.

Способ приготовления. Приготовьте по основному рецепту слоеное тесто. Для крема смешайте сметану с сахаром и взбейте до получения однородной массы. Готовое тесто разделите на пять равных частей. Каждую часть раскатайте в пласт толщиной 2 мм, придав ему форму квадрата. Затем выложите его на противень и выпекайте в разогретой духовке 10 минут. Готовые коржи смажьте кремом и наложите друг на друга. Сверху торт тоже смажьте кремом и украсьте малиной (желательно использовать свежую ягоду). Поставьте готовый торт в теплое место на 2 часа для того, чтобы он пропитался кремом. После этого поставьте его в холодильник.

«ЛЕТНИЙ БУКЕТ»

Требуется: 400 г муки высшего качества, 250 г сливочного масла, 8 ст. л. холодной воды, 1 стакан кислого молока, соль, яйцо.

Для крема: 400 г сливочного масла, по 2 стакана красной и черной смородины, сахара.

Для глазури: 8 ст. л. сока смородины, 300 г сахарной пудры, 1 ст. л. горячей воды.

Способ приготовления. Приготовьте по основному рецепту слоеное тесто. Для крема масло растопите и взбейте. Смородину перетрите с сахаром (красную смородину отдельно от черной) и добавьте в масло полученный ягодный сироп. Все тщательно перемешайте.

Для ягодной глазури насыпьте сахарную пудру в миску и

добавьте ягодный сок. Все разотрите до образования однородной массы. Готовое тесто разделите на шесть частей, раскатайте в тонкие пласты и выпекайте в духовке. Готовые коржи смажьте кремом так, чтобы получились слои с красной и с черной смородиной и т. д. Сверху торт полейте ягодной глазурью и поставьте на 3 часа в холодильник.

«ЮЖНЫЙ»

Требуется: 2 стакана муки, 300 г сливочного масла, 1 стакан кефира, яйцо.

Для крема: 10 г желатина, 1 стакан сливок, 1/4 порошка ванилина, 2 банана, 1 апельсин, 1 плод киви.

Способ приготовления. Сделайте по основному рецепту слоеное тесто.

Для крема влейте в кастрюлю сливки, добавьте сахар и взбейте до образования густой пышной пены. Растворите желатин, влейте его во взбитые сливки, всыпьте ванилин и лимонный сок. Все хорошо взбейте. Бананы, апельсин и киви очистите, порежьте кубиками, смешайте со сливками. Готовое слоеное тесто раскатайте в пласт толщиной 2 мм так, чтобы пласт теста был больше формочки. Формочка должна быть обязательно с рифлеными краями. Пласт из теста накатайте на скалку и поместите в форму. Затем наколите тесто вилкой в нескольких местах и выпекайте в разогретой духовке 10 минут.

Готовый корж освободите от формы, охладите и заполните его приготовленным кремом. Поставьте торт на 30 минут в холодильник.

2. ПИРОЖНЫЕ

ИЗ БИСКВИТНОГО ТЕСТА

«ВОЛШЕБНАЯ ФЛЕЙТА»

Требуется: апельсин, 150 г сахара, 5–6 яиц, 3–4 ст. л. воды, 50 г муки (крахмала), 2 ч. л. молотых сухарей из белой булки, 60 г мелко нарезанных грецких орехов.

Для крема: 3 желтка, 1 стакан свежезаваренного кофе, 150 г масла, 200 г сахара.

Для украшений: 1 стакан очищенных грецких орехов или пирожной крошки.

Способ приготовления. Сварите апельсин в воде, не снимая кожуру, очистите его. И мякоть, и кожуру апельсина натрите на мелкой терке или пропустите через мясорубку. В полученную смесь добавьте воду и 1/3 от всего сахара. Варите эту массу до загустения 20–25 минут, затем разотрите ее с желтками (добавляя их по одному) и с сахаром (добавляя понемногу). Введите в смесь взбитые в пену белки, сухари, муку, орехи. Все аккуратно перемешайте.

Выпекайте пирожные в умеренно разогретой духовке около 30 минут. Желательно использовать формочки в виде сердечек.

Для прослойки и отделки приготовьте крем: желтки и сахар разотрите добела, разбавьте крепким кофе и нагревайте на небольшом огне до загустения. Сняв с огня, взбивайте смесь, пока она полностью не охладится. Добавьте масло, растертое добела, и перемешайте до получения однородной массы. Поставьте крем в холодильник на 2 часа. Застывшим кремом смажьте изделия в середине и сверху, посыпьте верх и бока рублеными орехами или крошкой.

«ЛЕОПАРДИКИ»

Требуется: 200 г сливочного масла или маргарина, 1 стакан сахара, 2 яйца, щепотка соды, гашенной уксусом, 2 стакана муки, соль на кончике ножа, 2 ст. л. какао.

Для крема: 250 г вареного сгущенного молока, по 200 г сливочного масла и малины или клубники.

Способ приготовления. Взбейте яйца с сахаром, добавьте масло, гашенную уксусную соду, соль, постепенно вводите муку. Готовое тесто разделите на две части. В одну из них добавьте какао и хорошо перемешайте до образования однородной массы. Противень смажьте маслом и выкладывайте по очереди: ложку белой, ложку шоколадной массы в два-три слоя. Выпекайте при температуре 200–220 °С 30–40 минут. Готовый бисквит осторожно снимите с формы, разрежьте его на небольшие кусочки, можно фигурные, смажьте кремом, соединив по два куска вместе. Верхний слой украсьте из шприца кремом и свежей ягодой.

Для крема масло хорошо взбейте со сгущенным молоком до образования густой и крепкой пены.

«ХОЛОСТЯЦКИЕ»

Требуется: по 1 стакану жидкого варенья (любого), сметаны и сахара, 2 яйца, по 1 ст. л. соды и уксуса, 2–2,5 стакана муки.

Для крема: 100–150 г масла, взбитого с 0,5 банки сгущенного молока, или 1 стакан сметаны, взбитой с сахаром.

Способ приготовления. Варенье вылейте в стеклянную посуду, добавьте соду и уксус, поставьте на холод на 2–3 часа. Добавьте яйца (по одному), сметану и сахар, муку, замесив тесто до консистенции сметаны. Выпекайте в формах, смазанных растительным маслом, 20 минут.

Готовые изделия разрежьте пополам, смажьте посередине кремом. Верх пирожного можете украсить кремом и ягодами из варенья.

«ЕЖЕВИЧКА»

Требуется: по 1 стакану муки и сахара, 3 яйца, 150 г масла, 1 ч. л. гашеной соды.

Для крема: 200 г пюре из ягод малины и ежевики, 1,5 стакана сливок, 15 г желатина.

Для отделки: 250 г сахарной пудры, 50 г сухого молока, 25 г крахмала, 2 белка.

Способ приготовления. Взбейте яйца с сахаром, добавьте размягченное масло, соду, муку. Испеките 3 бисквитных лепешки. Остудите.

Для начинки желатин оставьте в холодной воде на час, затем растворите его в горячем малиновом пюре. Смесь охладите до температуры 15–20 °С и смешайте со взбитыми сливками.

Каждый слой бисквита покройте готовым желе. Чтобы украсить верхушку пирожного, смешайте в однородный порошок сухое молоко, пудру и крахмал. Добавьте взбитые белки и замесите тесто так, чтобы его можно было раскатать скалкой. Раскатанный пласт нарежьте в виде «платочков» и покройте каждое пирожное сверху. На «покрывало» уложите свежие ягоды ежевики.

ИЗ ПЕСОЧНОГО ТЕСТА

«МОНМАРТР»

Требуется: 2 стакана муки, 2 яйца, по 1 стакану сметаны, сахара и изюма, 50 г масла (маргарина), щепотка соды.

Для крема: 150 г масла, 235 г сгущенного молока, 50 г воды, ванилин, по 1 ст. л. ликера или коньяка и какао, по 100 г вишни и водки.

Способ приготовления. Все продукты смешайте, постепенно добавляя муку. Выпекайте тесто в формах 20–25 минут. Теплые коржи нарежьте на части, смажьте кремом и соедините в 2–3 слоя.

Для крема: разведите водой сгущенное молоко, доведите до кипения, охладите. Во взбитое сливочное масло добавляйте понемногу охлажденное сгущенное молоко с водой, ванилин, ликер (коньяк) и какао, тщательно перемешайте.

Сверху пирожное украсьте шоколадной глазурью с жареными орехами и 0,5 стакана «пьяной» вишни, которая готовится так: выберите косточки, положите вишню в стеклянную банку, залейте коньяком или ликером в соотношении 1:2, перемешайте с сахаром и закройте крышкой. Настаивайте два дня – и смесь готова для украшения пирожных. Перед подачей к столу поставьте на несколько часов в холодильник.

«ЯБЛОЧНЫЕ САДЫ»

Требуется: 200 г муки, по 100 г сахара и масла, яйцо, соль на кончике ножа, щепотка соды.

Для начинки: по 100 г яблочного варенья или повидла и сахара, 250 г свежих нарезанных яблок.

Способ приготовления. В размягченное масло насыпьте сахар, добавьте взбитое с солью и содой яйцо, перемешайте. Всыпая пшеничную муку, замесите тесто, раскатайте в пласт толщиной

1 см, нарежьте острым ножом треугольники размером 7—10 см, положите их на сковороду, смазанную маслом. Сковороду поставьте в духовку и выпекайте при высокой температуре 5 минут.

Вытащив сковороду, остудите полуготовые изделия. Соедините по 2 треугольника яблочной прослойкой: смажьте один слой яблочным повидлом или жидким вареньем, на него уложите начинку из мелко нарезанных яблок, смешанных с сахаром. Накройте сверху другим треугольником. Поставьте начиненные изделия в духовку на той же сковороде и доведите до готовности в течение 10–15 минут. Готовые пирожные посыпьте сахарной пудрой.

«АНЖЕЛИКА»

Требуется: 1 стакан сахара, 6 яиц, 1,25 стакана муки, 1/2 лимона.

Для крема: по 2 небольших яблока и банана, 250 г молока, 1/2 лимона, 50–70 г орехов.

Способ приготовления. Из сахара, яиц, протертого лимона и муки замесите тесто и испеките корзиночки, как для пирожного «Мадонна».

Середину корзиночек наполните кремом: протертые яблоки и бананы смешайте, добавьте сок 1/2 лимона, мелко нарезанные орехи и разбавьте молоком. Эту смесь взбивайте в миксере 2–3 минуты. Сбоку начинку окантуйте крупными ядрами орехов.

«КАШТАНЫ В ОВСЯНКЕ»

Требуется: 350 г муки, 100 г молотой овсяной крупы, 150 г сахарной пудры, 200 г масла, 6 яиц, 0,5 стакана протертых каштанов.

Для крема: 1 плитка шоколада, по 2 ст. л. масла и сахара, 3 ст. л. сливок или 2/3 стакана молока.

Способ приготовления. Яйца, сахарную пудру и масло взбейте, добавьте пропущенные через мясорубку каштаны, всыпьте муку, смешанную с овсянкой, также пропущенной через мясорубку. Поставьте тесто на полчаса в холодильник, затем раскатайте на три лепешки круглой или овальной формы. Испеките на листе или в формочках.

Для крема: тертый шоколад смешайте со сливками или молоком, маслом и сахаром. Смесь подержите на огне 10 минут,

непрерывно помешивая. Не охлаждая, смажьте кремом слои пирожного, сверху посыпьте сахарной пудрой.

«МАХАРАДЖА»

Требуется: 1 стакан муки, 75 г масла, 0,5 стакана сахара, 1 яйцо, цедра 1/2 лимона, апельсина (или мандарина), 50 г орехов или миндаля.

Для украшения: 150 г свежих спелых персиков или абрикосов, 50–70 г сахарной пудры.

Способ приготовления. Сахар смешайте с мукой, добавьте масло (кусочками), яйца, цедру цитрусовых, натертую на мелкой терке. Замесите тесто и оставьте в холодильнике на 30–50 минут. Раскатайте тесто в пласт толщиной 0,5 см, нарежьте фигурки средней величины (кольца, завитушки, восьмерки и т. д.), выложите на лист, смазанный маслом. Сверху смажьте изделия взбитым яичным белком и украсьте смесью измельченных орехов (миндаля) и мелко нарезанных персиков или абрикосов, перемешанных с сахарной пудрой. Все это поставьте в духовку на 10–15 минут.

«КАРНАВАЛ»

Требуется: 1 стакан муки, 75–80 г масла, по 2 ст. л. сметаны и сахара, 2 яйца, немного ванилина, по 50 г различных ягод (вишни, малины, черешни, смородины, крыжовника).

Для желе: 1 стакан варенья, 0,5 стакана сахара, 25 г желатина, 2 ст. л. коньяка или ликера.

Способ приготовления. В муке, насыпанной на стол горкой, сделайте углубление, положите туда яйцо, сметану, размягченное масло, сахар, ванилин и замесите тесто. Поставьте его на полчаса в холодильник. Затем раскатайте в пласт толщиной 1 см и нарежьте стаканом или круглыми формочками круги диаметром 7–8 см. Выложите их на смазанный маслом лист, слегка смажьте яичным желтком и выпекайте несколько минут в горячей духовке. Когда тесто подрумянится, убавьте жар в духовке и выпекайте изделия еще 5–7 минут.

На охлажденные кружки положите ассорти из свежих ягод (можете взять и консервированные) и залейте их фруктовым желе.

Для желе возьмите любое жидкое варенье без ягод или ягодный сироп, налейте в кастрюлю, добавьте сахар и желатин.

Доведите массу до кипения, помешивая. Долейте ликер, процедите и слегка охладите.

ИЗ СЛОЕНОГО ТЕСТА

«ЛЕДИ В МАСКЕ»

Требуется: по 200 г муки и масла, 0,5 стакана воды, 1 г соли.

Для крема: 100 г сахарной пудры, 1/4 стакана молока, 1 ч. л. муки, 1 г ванилина, 4 яйца, 50–70 г орехов для посыпки.

Способ приготовления. Сделайте слоеное тесто. Раскатайте его слоем толщиной 3–5 мм, разрежьте на 2 части и выпекайте на листе в нежаркой духовке.

Вскипятите молоко с ванилином. Взбейте желтки с сахаром и мукой, долейте горячее молоко. Эту массу доведите на огне до густоты сметаны, добавив в конце процедуры взбитые белки. Помешивая, прогрейте всю смесь на огне. Затем смажьте этой смесью остывший выпеченный пласт теста и покройте вторым пластом. Сверху также смажьте кремом и посыпьте рублеными орехами (грецкими или лесными). Разрежьте изделие на ровные куски размером 6х10 или 4х7 см.

«НОВОГОДНЯЯ КАНИТЕЛЬ»

Требуется: 300 г муки, 200 г масла, 1 яйцо, 0,5 г лимонной кислоты, 1 г соли, 0,5 стакана воды.

Для крема: 150 г масла, взбитого с 0,5 банки сгущенного молока.

Способ приготовления. Приготовьте слоеное тесто, только при замешивании не забудьте добавить яйцо и лимонную кислоту. Хорошо охлажденное тесто раскатайте в пласт толщиной 3–4 мм и нарежьте маленькие треугольники (3–5 см) и квадраты немного большего размера. Можете сочетать кружки и квадраты, кружки и овалы, кружки и звездочки и т. д. Готовые фигурки выпекайте на листе, смазав их сверху яичным белком и посыпав сахаром. Готовые элементы пирожных соедините с помощью крема.

«МАСКАРАД»

Требуется: 400 г сливочного масла или маргарина, 600 г

муки, 0,5 стакана воды, 1 яйцо, соль на кончике ножа.

Для крема: 0,5 банки сгущенного молока, 150 г сливочного масла.

Способ приготовления. Замесите тесто из яйца, воды и 1,5 стакана муки, как на вареники, посолите. Остальную часть муки порубите с маслом до образования однородной массы. Раскатайте тесто в прямоугольный пласт толщиной 0,5 см, положите в него второе тесто в середину, заделайте конвертиком и поставьте в холодильник на 30 минут. Затем выньте его из холодильника, раскатайте в пласт толщиной 1 см, сложите вчетверо и поставьте в холодильник на 30 минут. То же самое проделайте и в третий раз.

Раскатайте тесто в пласт толщиной 1 см, вырежите из него ромбики, квадратики, прямоугольники, уложите на противень и поставьте в горячую духовку. Выпекайте 30–40 минут при температуре 220 °С.

Взбейте масло со сгущенным молоком и намажьте им готовые пирожные, соединив их попарно. Верхний слой украсьте любой свежей ягодой (можно мороженой).

«ЦВЕТОЧНЫЙ АРОМАТ»

Требуется: 1 стакан муки (с горкой), 75–80 г масла, 2 яйца, 120 г сахарной пудры, 1/2 апельсина (или мандарин), 1 ст. л. воды.

Для крема: 0,5 банки сгущенного молока, 100–150 г масла, 2 ст. л. коньяка или ликера.

Способ приготовления. Сделайте слоеное тесто, только положите в него одни яичные желтки, отделив их от белков, и цедру апельсина (мандарина) вместе с соком. Добавьте сахарную пудру. Хорошо застывшее тесто раскатайте в пласт толщиной 4–5 мм и нарежьте в виде небольших звездочек.

Выпекайте на листе, смазав их сверху белком яиц. Украсьте пирожные кремом из хорошо взбитого со сгущенным молоком и ликером масла.

«ЛЕТНИЕ КАНИКУЛЫ»

Требуется: 3 стакана муки, 200 г маргарина, яйцо, 0,5 стакана кефира, соль по вкусу, 2 ст. л. сахара.

Для начинки: 200 г абрикосов, 2 ст. л. сахара.

Способ приготовления. Разбейте яйцо, добавьте кефир, соль,

сахар, перемешайте. Муку насыпьте горкой на доску, положите в середину маргарин, мелко порубите ножом. Соедините с яично-кефирной массой, раскатайте корж, как на лапшу.

Раскатанный пласт сверните вдвое по длине, еще раз раскатайте и оставьте в холодном месте на полчаса. Таким образом раскатайте тесто еще 2–3 раза, после каждого раскатывания оставляя его на холоде на 15 минут. Последний раз раскатайте пласт толщиной 0,5–0,7 см, нарежьте тесто клинышками, на край положите начинку из мелко нарезанных абрикосов с сахаром. Заверните рогаликами и выпекайте в умеренно разогретой духовке

3. ПЕЧЕНЬЯ

«ЦВЕТУЩАЯ САКУРА»

Требуется: 500 г слоеного дрожжевого теста.

Для обмазывания: 3 ст. л. сливочного масла (маргарина), 1 яйцо.

Для крема: 1/4 стакана сгущенного молока.

Для украшения: 1/6 стакана свежих (или из варенья) вишен, 2 стакана сахарной пудры.

Способ приготовления. Слоеное дрожжевое тесто раскатайте в пласт толщиной 0,5 см. Из теста, воспользовавшись различными формочками (сердечками, цветочками, звездочками, рыбками), вырежите печенье, смажьте каждое яйцом и выложите на промасленный противень. Выпекайте 30 минут на среднем огне в хорошо разогретой духовке.

Готовое печенье остудите, намажьте сверху вареным сгущенным молоком (варите закрытую банку сгущенки в кастрюле с водой около двух часов, остудите и откройте банку), украсьте свежей вишней или ягодами из варенья, посыпьте сахарной пудрой.

«ТУРЧАНКА»

Требуется: 5 стаканов муки, 3 стакана сахарного песка, 500 г сливочного масла (маргарина), по 3 ч. л. чайной соды и уксуса, 3 яйца, ванильный сахар.

Для обмазывания: 3 ст. л. сливочного масла (маргарина).

Для начинки: 5 апельсинов, по 0,5 стакана воды и сахарного песка.

Для помадки: 1 стакан шоколадной помадки.

Способ приготовления. Апельсины разделите на дольки; выдавите и процедите сок. В кастрюле с толстым дном сварите сироп из сахарного песка и воды (варите до образования белой пенки, непрерывно помешивая, на медленном огне). В кипящий сахарный сироп влейте апельсиновый сок. Апельсиновый сироп варите до густоты на медленном огне, непрерывно помешивая.

Муку смешайте с сахарным песком, содой, погашенной уксусом, ванильным сахаром, добавьте размягченное сливочное масло (маргарин), взбитые яйца и замесите крутое тесто.

Вырежите из раскатанного тонким слоем (0,3 см) теста прямоугольнички 2х7 см. На смазанный сливочным маслом (маргарином) противень выложите печенье и выпекайте около 25 минут, пока оно не станет золотистого цвета.

Готовое печенье остудите и попарно склейте апельсиновым джемом, затем обмакните в подогретую шоколадную помадку.

«ЯМАЙКА»

Требуется: 500 г песочного теста, 5 яичных белков, 1 стакан сахарной пудры, сок 1/4 лимона, ванильный сахар.

Для обмазывания: 3 ст. л. сливочного масла (маргарина), яйцо.

Для начинки: 0,5 стакана измельченных грецких орехов, цедра лимона.

,Для крема: 1,5 стакана белого крема, 1/3 стакана шоколадного крема.

Для украшения: 2 стакана мелкой свежей клубники, 2 банана, 5 плодов киви.

Способ приготовления. Готовое песочное тесто смешайте с измельченными орехами, раскатайте тонким слоем (0,4 см) и вырежите из него при помощи металлической формочки звездочки. Смажьте коржики яйцом и уложите на промасленный противень. Выпекайте песочные звездочки в горячей духовке при температуре 180 ˚С в течение 25 минут.

Охлажденные белки взбейте с лимонным соком в пышную пену, постепенно добавляя сахарную пудру, цедру лимона (предварительно измельчите цедру), ванильный сахар. Получившуюся густую массу ложкой выкладывайте на смазанный сливочным маслом (маргарином) противень маленькими шариками. Выпекайте безе в духовке со средней температурой около 1,5 часа. Безе лучше всего сделать за сутки до приготовления десерта, чтобы они успели хорошенько подсохнуть.

Каждую готовую звездочку смажьте сверху белым кремом, на крем уложите кружочки бананов и киви, затем снова смажьте их кремом и соедините безе. Получится роскошное многоэтажное сооружение. Безе сверху смажьте белым кремом, а на нем сделайте декоративные капельки, используя шоколадный крем.

«ЛАРЧИК ФЕИ»

Требуется: 4 стакана муки, 500 г маргарина, 1/4 стакана водки, 2/3 стакана воды.

Для обмазывания: 3 стакана сливочного масла (маргарина), яйцо.

Для начинки: 300–400 г свинины, 2 луковицы, 1 яйцо, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления. Замесите пресное слоеное тесто из муки, разведенной водкой, водой и смешанной с размягченным маргарином. Раскатайте, посыпьте мукой, сложите в несколько раз и снова раскатайте. Повторите эти действия еще 2–3 раза. Готовое тесто положите в холодильник на час.

Пока тесто находится в холодильнике, приготовьте из свинины фарш: пропустите мясо вместе с луком через мясорубку, посолите, поперчите по вкусу и смешайте с яйцом.

Слоеное тесто раскатайте тонким слоем (0,3 см), равномерно выложите на одну его половину фарш, а другой прикройте и посыпьте сверху мукой. Тесто аккуратно раскатайте от себя слоем толщиной 0,5 см, вырежите из него треугольнички, смажьте их яйцом. Выпекайте на смазанном сливочным маслом (маргарином) противне в горячей духовке (180 °С) в течение 30–35 минут.

4. РУЛЕТЫ

«УТРЕННИЕ РОСЫ»

Требуется: 300 г муки, 1 яйцо, 20 г дрожжей, 200 г молока, 4 ст. л. сахара, 80 г сливочного масла, соль на кончике ножа.

Для медово-маковой росинки: 250 г мака, 1 стакан меда, 50 г сливочного масла.

Способ приготовления. В посуду для теста вылейте теплое молоко и покрошите в него дрожжи, дайте им разойтись. Через 10–15 минут вбейте туда яйцо, вылейте растопленное масло, всыпьте сахар, соль и замесите тесто, чтобы оно не прилипало к рукам и к стенкам посуды, накройте полотенцем и поставьте в теплое место. Подходить оно должно два раза. После второго подъема тесто готово.

Готовое тесто выложите на доску, смазанную растительным маслом, раскатайте в пласт толщиной не более 1 см и шириной не более 30 см. Тесто смажьте сливочным маслом, сверху полейте растопленным медом и посыпьте маком, распределите его с помощью ножа ровным слоем по всему пласту. Сверните рулет, верх которого украсьте сеткой, делая ножом неглубокие разрезы, смажьте яичным желтком и уложите на смазанный противень. Пусть рулет немного поднимется (10–15 минут). После чего поставьте его в разогретую духовку. Выпекайте 40–50 минут.

«ШЕРЕМЕТЬЕВСКИЙ»

Требуется: 400 г муки, 250 г сливочного масла, 8 ст. л. холодной воды, лимонная кислота, яйцо, соль.

Для начинки: 100 г свинины, 50 г говядины, соль, перец молотый, 1 яйцо, 1 головка репчатого лука.

Способ приготовления. Приготовьте по основному рецепту бездрожжевое слоеное тесто. Мясо помойте, нарежьте кубиками и отварите. Готовое мясо прокрутите через мясорубку. Добавьте яйцо, соль и перец по вкусу. Все перемешайте. Тесто раскатайте скалкой в пласт толщиной 2 мм, нарежьте из теста восемь равных полосочек шириной 5 см, длиной 10 см. На край полоски положите 3 ч. л. начинки, сверните рулетом, выложите на противень, сбрызнутый холодной водой, и смажьте рулет яичным желтком. Выпекайте в духовке 20 минут.

«ОДЕССИТ»

Требуется: яйцо, 8 ст. л. холодной воды, щепотка лимонной кислоты, 300 г муки, 150 г сливочного масла, соль.

Для начинки: 300 г куриной печени, 2 морковки, 1 головка репчатого лука.

Способ приготовления. Печень нарежьте маленькими кусочками. Мелко нашинкуйте лук и обжарьте его в масле. Выложите печень на разогретую сковороду и, перемешивая, обжарьте. Через 5 минут добавьте жареный лук и морковь. После этого добавьте сметану, закройте крышкой и тушите 10–15 минут на слабом огне. Готовую начинку охладите. Бездрожжевое слоеное тесто приготовьте по основному рецепту. Раскатайте его в пласт толщиной 1 см, на край выложите начинку и скрутите рулет. Положите его на противень, смажьте яичным желтком и выпекайте в разогретой духовке 20 минут. Готовый рулет охладите и подайте к столу.

«ОРЕХОВЫЙ КУСТ»

Требуется: по 1 стакану муки и сахара, 3 яйца, 1 ст. л. сметаны, 300 г очищенных и измельченных грецких орехов.

Для крема: 1 банка вареного сгущенного молока, 200 г сливочного масла.

Способ приготовления. Сделайте слоеное тесто. Добавьте в него 3/4 от общего количества орехов. Выпекайте на противне в духовке при температуре 180 °С 20–25 минут. Готовый корж накройте влажным полотенцем. Приготовьте крем из вареной сгущенки. Смажьте корж этим кремом, сверните в рулет, поверхность рулета покройте оставшимся кремом и посыпьте толчеными орехами.

«ЦИТРУСОВЫЙ»

Требуется: 2 стакана муки, 3 яйца, 1 стакан сахара, 0,5 стакана апельсинового сока, цедра 1 апельсина, 250 г апельсинового джема, 2 мандарина.

Способ приготовления. Смешайте муку, яйца, сахар, апельсиновый сок, добавьте тертую цедру апельсина. Раскатайте пласт толщиной 1 см, выложите на смазанный маслом противень. Выпекайте в духовке при температуре 180 °С 20–25 минут. Готовый корж слегка остудите, смажьте апельсиновым джемом и

скатайте в рулет. Поверхность рулета слегка смажьте апельсиновым джемом и украсьте мандариновыми дольками.

«ВКУСНОТИЩА»

Требуется: 1,2 стакана муки, 1,5 стакана сахара, 6 яиц, 0,5 стакана молока, 200 г масла, 100 г миндаля, абрикосовый джем.

Способ приготовления. Испеките тонкий бисквит на противне. Для сливочного крема 1 стакан сахара разотрите с 1 яйцом, добавьте молоко, варите смесь на небольшом огне до закипания и добавьте к охлажденной смеси взбитое масло и измельченный миндаль. На готовый бисквит быстро намажьте абрикосовый джем и тонкий слой крема, скатайте рулет.

5. ПИРОГИ И ПИРОЖКИ

«БУТУЗ»

Требуется: 1 стакан кукурузной муки, 2 стакана пшеничной муки, 2 ст. л. растительного масла, 300 г говяжьего фарша, 200 г куриного филе, 1 луковица, 4 помидора, по 2 яйца и сладких красных перца, 3 перца чили, по щепотке молотого черного и белого перца, 4–5 зубчиков чеснока, 0,5 стакана кукурузного масла, 1 ч. л. уксуса, по 3 ст. л. молотых грецких орехов, измельченной петрушки и сметаны.

Способ приготовления. Лук очистите, мелко нарежьте и обжарьте в растительном масле. К луку добавьте помидоры, сладкий и острый перец, говяжий фарш и нарезанное кубиками куриное филе. Налейте в сковороду немного воды и потушите мясо с овощами около получаса. В тушеную мясную и овощную смесь всыпьте соль, молотый перец, орехи, толченый чеснок, уксус и петрушку, все хорошо перемешайте.

Смешайте кукурузную и пшеничную муку, влейте яйцо, растительное масло и замесите крутое тесто. Замешивая тесто, можете добавить в него немного подсоленной воды. Раскатайте из теста два прямоугольных пласта. Один из них уложите на смазанный маслом противень, положите на него начинку и накройте сверху вторым пластом теста. Края пластов защипните, обмажьте пирог смесью сметаны и яйца, поставьте в духовку на полчаса.

«ГУЛЯКА»

Требуется: 2 стакана муки, 200 г сливочного маргарина, 10 ст. л. холодной воды, щепотка лимонной кислоты, 1 яйцо, соль.

Для начинки: 150 г сыра, 300 г свежих грибов, зелень, соль, 1 головка репчатого лука, молотый перец.

Способ приготовления. Грибы нарежьте маленькими кусочками, лук – кольцами, пожарьте на растительном масле до золотистого цвета. Сыр нарежьте маленькими брусочками.

Приготовьте по основному рецепту бездрожжевое слоеное тесто. Разделите его на две части так, чтобы одна часть была больше другой. Большую часть теста раскатайте в пласт толщиной 2–3 мм. Выложите его на противень, сбрызнутый

холодной водой. Сыр и грибы положите на пласт раскатанного теста, добавьте жареный лук, рубленую зелень, соль и перец по вкусу. Меньшую часть теста раскатайте в пласт, накройте им сверху начинку и защипните края. Поставьте на расстойку на 20 минут. После этого выпекайте в духовом шкафу 40 минут.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Очень интересным фактом истории можно считать, что к красной и черной икре прикрепилось название «русская». И дело в том, что русские первыми научились ее обрабатывать. Особой хитрости здесь, конечно, нет но тем не менее французские и американские рыбаки выбрасывали осетровую икру, считая ее отбросами. Получается, что первыми к числу блюд для гурманов икру отнесли русские знатоки и любители экзотических блюд.

«СТРАННИК»

Требуется: 200 г сливочного масла, 400 г муки высшего качества, 1 стакан кефира, яйцо, соль.

Для начинки: 1 курица, 1 стакан риса, 6 яиц, 200 г свежих грибов, петрушка, укроп.

Способ приготовления. Замесите бездрожжевое слоеное тесто. Курицу отварите, отделите мясо от костей и мелко нарежьте. Грибы потушите в масле. Рис залейте теплой водой и поставьте на час, затем отварите, охладите, добавьте в него мелко нарезанные яйца и зелень. Рис, курицу и грибы по отдельности заправьте приготовленным соусом.

Готовое слоеное тесто разделите на две неравные части. Раскатайте каждую в пласт толщиной 2 мм. Больший пласт теста положите на противень, сбрызнутый холодной водой, так, чтобы его края были накрыты. Равномерно разложите по всей поверхности начинку в два слоя следующим образом: курица, грибы, рис и т. д. Другой частью теста накройте начинку и защипните края. Сверху пирог смажьте яичным желтком и поставьте в разогретую духовку на 30 минут. Готовый пирог смажьте сливочным маслом и накройте салфеткой на 10 минут, чтобы он дошел.

«ВИШНЕВЫЙ»

Требуется: 2 стакана муки, яйцо, 200 г сливочного масла, 8 ст. л. холодной воды, лимонной кислоты.

Для начинки: 1 стакан свежей вишни, 0,5 стакана сахара.

Для штрайзеля: 20 г масла, 1 ст. л. сахара, 1 яичный желток, 1 ст. л. муки.

Способ приготовления. Замесите бездрожжевое слоеное тесто. Вишню промойте, удалите косточки и отожмите через марлю сок. Готовую вишню посыпьте сахаром. Готовое слоеное тесто разделите на две части так, чтобы одна часть теста была больше другой. Большую часть теста раскатайте в пласт толщиной 3 мм и выложите на противень. Равномерно разложите по всей поверхности готовую начинку, сверху накройте оставшейся лепешкой и защипните края. Смажьте пирог яичным желтком и выпекайте в разогретой духовке 40 минут.

Приготовьте штрайзель. Все продукты хорошо перемешайте до образования крошек, затем просейте их через редкое сито. Если масса мягкая и крошка не получается, охладите ее и всыпьте муку. Если же крошка чрезмерно мелкая, добавьте масло или яичный желток. Готовый пирог сверху посыпьте штрайзелем.

«МИНАРЕТ»

Требуется: 400 г муки, 25 г дрожжей, яйцо, 4 ст. л. сахара, 100 г маргарина, 1 стакан молока, соль на кончике ножа.

Для начинки: 1 кг кураги, 300 г очищенных грецких орехов, 1 стакан меда или сахара.

Способ приготовления. Муку просейте, сделайте посередине углубление, влейте туда половину нормы молока и покрошите в него дрожжи. Накройте салфеткой и оставьте на 20 минут подходить. Затем влейте в эту лунку остальное молоко, растопленное масло, вбейте яйцо, высыпьте сахар, соль и перемешайте с мукой. Месите до тех пор, пока тесто не начнет пузыриться, потом накройте его салфеткой и оставьте на 40 минут, чтобы оно еще раз подошло.

Для начинки курагу тщательно промойте и замочите в горячей воде, чтобы она размякла. Орехи мелко потолките или измельчите в кофемолке. Ягоды раскрывайте и вкладывайте туда орешки и немного сахара или меда.

Готовое тесто раскатайте на смазанной маслом разделочной доске и выложите на противень или в круглую пирожковую форму, сделав небольшие бортики, чтобы не вытекала начинка. Пласт смажьте медом или посыпьте оставшимся сахаром. Сверху уложите начиненные ягоды. Оставьте пирог на десять минут для

подъема. После этого поместите его в разогретую духовку. Выпекайте 50 минут. Испеченный пирог осторожно выньте из формы и смажьте сметаной.

МЕЖДУ ПРОЧИМ...

Молодую картошку легче очистить, если подержать ее около получаса в подсоленной воде.

«РАЗДОРЫ»

Требуется: 400 г муки, 1 стакан кислого молока, 250 г сливочного масла, 1 яйцо.

Для начинки: 8 картофелин, 0,5 стакана сметаны, 6 крабовых палочек, соль, укроп.

Способ приготовления. Замесите бездрожжевое слоеное тесто. Картофель отварите, помните со сметаной до получения однородной массы. Крабовые палочки порежьте кубиками и добавьте в картошку. Готовое слоеное тесто раскатайте в пласт толщиной 2 мм, с помощью формочек сделайте из него лепешки. На середину каждой лепешки положите готовую начинку, защипните края лепешки и придайте пирожкам овальную форму. Поставьте пирожки в теплое место на расстойку. После этого выложите на противень, смазанный жиром, и поставьте в духовой шкаф на 25–30 минут.

«ГРЕЧАНОЧКИ»

Требуется: 400 г муки, 250 г сливочного масла, 1 стакан кислого молока, яйцо, соль.

Для начинки: 600 г любой некостистой рыбы, 2 стакана гречневой крупы, соль, 3 стакана воды, 3 головки репчатого лука, 3 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. сливочного масла.

Способ приготовления. Рыбу нарежьте мелкими кусочками, поперчите и обжарьте. Лук нашинкуйте и обжарьте. В кипящую подсоленную воду засыпьте гречневую крупу и, периодически помешивая, варите до загустения 15 минут. После этого закройте кашу крышкой и поставьте на час, чтобы дошла. Затем гречневую кашу перемешайте с рыбой и луком. Готовую начинку охладите.

Замесите бездрожжевое слоеное тесто. Готовое тесто разделите на маленькие шарики, раскатайте их в лепешки толщиной 3 мм. На середину каждой лепешки положите 1 ст. л. начинки. Защипните края и придайте пирожкам овальную форму.

Выложите их швом вниз на сбрызнутый холодной водой противень и поставьте на расстойку в теплое место. Выпекайте в разогретой духовке 30 минут. Готовые пирожки смажьте сливочным маслом и накройте салфеткой на 15 минут, чтобы они дошли.

6. ПИЦЦА

ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО (рецепт N 1)

Требуется: 250 г муки, 50 г сливочного масла или маргарина, 25 г дрожжей, 1 стакан теплого молока.

Способ приготовления. На стол высыпьте горкой просеянную муку, сделайте в ней углубление, в которое положите подготовленные дрожжи, соль, тщательно перемешайте, добавьте маленькие кусочки сливочного масла или маргарина, молоко, поставьте в теплое место на 2 часа. Затем раскатайте не очень тонко, положите начинку и выпекайте.

ДРОЖЖЕВОЕ ТЕСТО (рецепт N 2)

Требуется: четверть пакетика или 2 ч. л. (с верхом) французских гранулированных дрожжей, 3,5 стакана молока, 2 стакана муки, 2 ст. л. подсолнечного масла, 50–70 г сливочного масла или маргарина, 2 ст. л. сахара, соль.

Способ приготовления. На деревянную поверхность просейте муку в виде горки, сделайте в ней углубление, разбейте в него яйца и размешайте с мукой, постепенно вливая чуть теплое молоко. Следите, чтобы не было комков. Добавьте соль, сахар, растительное и сливочное (комнатной температуры) масло, дрожжи. Должна получиться полужидкая масса.

Положите тесто в эмалированную тару, присыпанную мукой, сверху присыпьте мукой, чтобы оно не заветрилось, накройте полотенцем и поставьте в теплое место.

Когда тесто подойдет, добавьте муку и вымешивайте его до тех пор, пока оно не перестанет прилипать к рукам.

«МОРЕМАНСКАЯ»

Требуется: 400 г дрожжевого теста, по 100 г креветок и сыра, по 50 г филе морской рыбы и майонеза, соль.

Способ приготовления. Раскатайте тесто и уложите на него креветок и филе морской рыбы, а сверху тертый сыр, добавьте майонез. Не забудьте посолить. Поставьте в духовку на 20–30 минут и пеките при температуре 200 °С. Морская пицца готова.

«ЭКЗОТИЧНАЯ»

Требуется: 0,5 кг пресного теста, приготовленного по второму способу, 6 устриц, 0,5 стакана грибов (шампиньонов, белых, подосиновиков), 3 ст. л. сливочного масла, 50 г сыра плавленого, сок половины лимона, 0,5 стакана белого сухого вина, по 1 ст. л. муки и дробленых грецких орехов, четверть небольшого ананаса, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления. Замесите тесто. Устриц тщательно промойте в подсоленной воде и вскройте раковины тупым ножом. Выньте мясо устриц, зачистите и положите в глубокую сковороду. Добавьте масло, соль, сок лимона, мелко порезанный ананас и слегка поджарьте.

Грибы обжарьте на масле в отдельной сковороде и перемешайте с устрицами. Приготовьте соус: муку подрумяньте на сухой сковороде, добавьте четверть стакана воды и проварите, постоянно помешивая, чтобы не образовались комки. Влейте вино, всыпьте орехи и доведите до кипения. Некоторое время тушите грибы с устрицами в соусе. Затем выложите тесто в форму, смазанную маслом, положите готовую начинку, посыпьте натертым сыром и запекайте в духовке минут 20–25.

«ВОДОВОРОТ»

Требуется: 0,5 кг пресного теста, замешанного по первому рецепту, банка крабов консервированных, 3 луковицы, щепотка лимонной кислоты, растительное масло, имбирь, соль и перец по вкусу.

Способ приготовления. Мясо крабов смешайте с рубленым луком, разведенной лимонной кислотой или лимонным соком, имбирем, посолите, поперчите, добавьте растительное масло и оставьте в маринаде на час.

Поместите в форму для выпечки, смазанную маслом или жиром, приготовленное тесто, расправьте его руками по форме, а в середину выложите начинку. Выпекайте в духовке минут 20–25 при температуре 220 °С.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...

О розовом масле, добываемом из лепестков роз, наверняка слышали все, а вот о том, что из роз готовят великолепное варенье, которое невозможно сравнить ни с чем на свете, известно мало кому. Но, как оказалось, розы можно использовать не только для приготовления

ароматного варенья, но и превосходных цукатов. Во многих странах в самых экзотических ресторанах подаются цукаты из цветков розы и жасмина. Вкусить этого великолепного творения – долг каждого истинного гурмана.

«МЕХИКО»

Требуется: 0,5 кг пресного теста, замешанного по первому рецепту, 200 г свинины, соль, половина жареного цыпленка, 1 луковица, 2 зубчика чеснока, зеленый сладкий перец, по 5 помидоров и оливок с начинкой, 2 ст. л. изюма, 1,5 ст. л. оливкового или растительного масла, по 1 ст. л. мелко порезанной зелени петрушки и каперсов, по 0,5 ст. л. уксуса и сахара, немного черного перца и молотого перца чили.

Способ приготовления. Проварите свинину 30 минут в подсоленной воде. Удалите у жареного цыпленка кожу и кости, а мякоть порежьте маленькими кусочками. Мелко порежьте лук и чеснок, сладкий перец, удалив плодоножку и семена, помидоры, сняв кожицу.

Промойте изюм горячей водой и дайте стечь. В большой сковороде разогрейте масло и пожарьте на нем лук до прозрачности. Туда же добавьте чеснок, сладкий перец, помидоры, зелень петрушки, каперсы, уксус, сахар, изюм, оливки, соль, черный перец и чили. Все перемешайте, сверху положите мясо цыпленка и под крышкой тушите 25–30 минут.

Свинину нарежьте кубиками и через 20 минут добавьте к овощам. Доведите начинку до готовности и уложите на тесто, помещенное в форму, смазанную маслом. Поместите в духовку и выпекайте минут 30.

МЕЖДУ ПРОЧИМ...

А знаете ли вы, что мясо рыбы насыщено фосфором и белками? В рыбе содержится значительное количество жира, богатого витаминами и биологически активными жирными кислотами.

«СИМ-СИМ»

Требуется: 0,5 кг теста по первому рецепту, по 50 г брынзы, говяжьей вырезки и языка говяжьего, 80 г мяса индейки, 1 ст. л. топленого масла, 1 ст. л. майонеза, 2 маринованных перца, по 1

свежему и соленому огурцу, 3 морковки, 2 ст. л. оливкового масла, 60 г чернослива, зелень, соль.

Способ приготовления. Нарежьте приготовленный ростбиф и отварной язык тонкими пластинами, уложите на них протертую брынзу, смешанную с майонезом, и заверните в трубочку.

На форму для выпечки уложите тесто, в его середину поместите кусочки филе отварной индейки, по бокам поместите трубочки из языка и ростбифа. Сверху уложите салат из маринованного перца, свежего и маринованного огурца, слегка поджаренной, порезанной соломкой морковки. Выпекайте в духовке 20–25 минут при температуре 220 °С. Перед подачей к столу оставшуюся брынзу подкрасьте свекольным соком и украсьте пиццу ею, используя кондитерский мешок.

7. БЛИНЫ

«БЫСТРОЕ» ТЕСТО

Требуется: 30 г дрожжей, 2–3 ст. л. сахара, 0,5 ч. л. соли, 600–700 мл воды, яйцо, 80–90 г маргарина (1/3 часть пачки), 1–1,5 стакана муки пшеничной.

Способ приготовления. Вскипятите воду. Размягченный маргарин положите в кастрюлю и влейте туда же остуженную до теплой температуры кипяченую воду. Добавьте муку, соль, сахар, дрожжи, разбейте туда же яйцо и тщательно перемешайте все, дайте тесту настояться. За то время, пока тесто подходит, осадите его 2–3 раза. Когда тесто увеличится в объеме в 2–3 раза, оно готово.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Издавна человек использовал в пищу яйца разных птиц. Но особое распространение получили яйца кур. В них имеется очень ценный белок. Именно белок куриного яйца принят за эталон содержания всех необходимых для нормальной жизнедеятельности человека протеинов. В курином яйце находится суточная норма протеинов, нужных человеку для нормальной жизнедеятельности.

А знаете ли вы, что в яичном белке есть вещество лизоцин, уничтожающее микроорганизмы? Но если вы слишком длительное время храните яйца, вещество теряет свою активность.

Яичный желток богат жироподобным веществом – лецитином. Оно положительно влияет на обмен веществ в организме, является поставщиком фосфора в нервные клетки. Желток – настоящая кладовая витаминов.

«ПОПУРРИ»

Требуется: 0,5 кг пшеничной муки, 40 г дрожжей, 4 яйца, 3 ст. л. сахара, 1 л молока, соль, 2 стакана растительного масла.

Для начинки: 1 банка красной или черной икры.

Способ приготовления. В дрожжи влейте молоко, добавьте туда же половину муки, указанной в рецептуре, все перемешайте

и поставьте в теплое место на 1 час. Дождитесь, пока тесто не увеличится в объеме, по крайней мере, в два раза.

Смешайте сахар с яйцами и влейте полученную смесь в опару, то есть в увеличившееся тесто, добавьте туда же растительное масло и все хорошо перемешайте. Засыпьте в тесто вторую половину муки и, снова все перемешав, влейте молоко, которое должно быть не холодным, а немного подогретым. Во второй раз поставьте тесто подходить на час.

Когда тесто подойдет и увеличится в объеме в 2–3 раза, «осадите» его – хорошо размешайте. Снова оставьте его в теплом месте на полчаса. Когда это время пройдет, смело можете приступать к выпеканию блинов. На каждый блин положите немного (2–3 ч. л.) икры и закатайте блин в виде трубочки.

«ПИНГВИНЧИКИ»

Требуется: 2 стакана муки, 400 г картофеля, 3 стакана молока, 50 г дрожжей, соль, 1 ст. л. сахара, растительное масло.

Способ приготовления. Подогрейте молоко и разведите в нем дрожжи, добавьте муку, соль и сахар. Картофель почистите, натрите на мелкой терке и смешайте с тестом. Оставьте тесто подходить в теплом месте. Когда оно поднимется, жарьте блины на растительном масле, сильно нагрев сковородку.

«ПАРНАС»

Требуется: 5–6 стаканов пшеничной муки, 4–5 яиц, 3–4 ст. л. сахара, соль, 200–250 г жира, 50 г дрожжей, 0,5–0,7 л молока.

Способ приготовления. Разведите дрожжи в 0,5 л молока, добавьте туда муку, тщательно перемешайте и поставьте в теплое место на 40–50 минут. Тесто должно увеличиться в объеме примерно в 2 раза. Когда это произойдет, добавьте в тесто сахар, жир и яйца. Все тщательно перемешайте, затем всыпьте оставшееся количество муки и снова перемешайте, понемногу доливая предварительно подогретое молоко.

Опять поставьте тесто в теплое место и подождите, пока оно не увеличится в объеме в 2 раза. Снова перемешайте тесто, чтобы оно осело, и поставьте в теплое место. Когда оно поднимется, снова перемешайте. Добавьте в тесто яйца и подождите 20–25 минут, чтобы тесто опять поднялось. А теперь можете выпекать блины. Не забудьте смазать сковороду каким-нибудь жиром. Подавайте к столу с медом, вареньем или сметаной.

БЛИНЧИКИ

«РЕТРО»

Требуется: 2 стакана сливок, 50 г сливочного масла, 2 стакана муки, 5 яиц, 30 г дрожжей, соль, сахар, растительное масло.

Способ приготовления. Подогрейте сливки и растворите в них дрожжи, соль, сахар и 5 ст. л. муки. Поставьте в теплое место на 20 минут. Затем добавьте яйца, масло и муку, тщательно размешайте и жарьте блинчики на растительном масле.

«УЛЫБКА»

Требуется: 4 стакана кефира или простокваши, 3 стакана муки, 5 яиц, 30 г дрожжей, сахар, соль, топленое масло.

Способ приготовления. 1 стакан кефира подогрейте, растворите в нем дрожжи, добавьте 5 ст. л. муки, размешайте и дайте подняться в тепле. Когда масса увеличится как минимум вдвое, прибавьте 3 стакана кефира и остальные ингредиенты, взбейте и дайте тесту еще раз подняться. Если тесто получилось слишком густым, добавьте еще некоторое количество кефира, чтобы оно стало жидким. Жарьте блинчики на топленом масле, так они будут гораздо вкуснее.

«ЛИМПОПО»

Требуется: 3 стакана молока, 2 стакана сливок, по 1 стакану пшеничной и гречневой муки, 4 яйца, соль, сахар, 2 ч. л. пищевой соды, сок 1/2 лимона, топленое масло.

Способ приготовления. Смешайте сливки с молоком и замесите тесто с 2 стаканами муки, яйцами, солью, сахаром и содой. Дайте тесту отстояться 15–20 минут, затем выжмите сок из 1/2 лимона и добавьте его в тесто. Жарьте блинчики на топленом масле, переворачивая их с двух сторон.

«ОТ РАССВЕТА ДО ЗАКАТА»

Требуется: 4 стакана молока, 3 стакана муки, 5 яиц, пакетик сухих дрожжей, соль, сахар, 5 ст. л. какао, 50 г сливочного масла,

топленое масло.

Способ приготовления. Замесите тесто из всех компонентов (кроме какао). Дайте тесту 2 раза подняться в тепле, затем отделите половину теста и смешайте ее с какао. Выпекайте блинчики на топленом масле, наливая поочередно из одной и из другой миски, и готовая стопка блинов будет полосатой. Можете готовить блинчики и на двух сковородках, попеременно складывая их на тарелку.

«ПРИМА»

Требуется: 3 стакана темного пива «Балтика», 2 стакана муки, 4 яйца, 3 ст. л. сметаны, соль, сахар, растительное масло.

Способ приготовления. Желтки отделите от белков и разотрите их с солью, сахаром и сметаной. Добавьте 2 стакана пива и всю муку, взбейте миксером, чтобы не было комочков. Оставшимся пивом разведите тесто до необходимой густоты. Белки охладите и взбейте в тугую пену, выложите ее в тесто и осторожно перемешайте, чтобы белки не осели. Пеките блинчики на смазанной растительным маслом сковородке, поджаривая их только с одной стороны.

Такие блинчики особенно хороши, если их нафаршировать мясом, печенью или рыбой и обжарить до образования хрустящей корочки.

ИЗ ИСТОРИИ КУЛИНАРИИ

Лилии всегда считались прекрасными и экзотическими цветами из всех известных, но, оказывается, они не только экзотичны сами по себе, из них можно приготовить прекрасные блюда. Например, китайцы предпочитают томить их в горячем молоке, а затем заправлять суп перцем и солью. Украшают такой суп непременно цветком лилии. В итоге вы получаете блюда двойной экзотичности. А вот жители Америки предпочитают готовить супы и салаты совершенно из другого цветка – настурции, японцы выбрали для этой цели обычные фиалки. Как говорится, о вкусах не спорят.

«РОБИНЗОН»

Требуется: 4 стакана молока, 0,5 стакана манной крупы, 1 стакан муки, 5 яиц, соль, сахар, 3 ст. л. сливочного масла,

растительное масло.

Способ приготовления. Сварите очень жидкую манную кашку, пока она еще горячая, добавьте сливочное масло. Остудите, положите в кашу соль, яичные желтки и муку и размешайте, чтобы не было комочков. Яичные белки взбейте с сахаром и осторожно добавьте в готовое тесто. Жарьте блинчики с двух сторон на растительном масле.

ИЗ ИСТОРИИ КУЛИНАРИИ

Примерно 10–11 тысяч лет назад человек начал употреблять в пищу зерна некоторых злаковых. Сначала зерна ели в сыром виде, и лишь потом человек научился их дробить и поджаривать. Затем к хлебным семенам стали добавляться другие ингредиенты.

Все мучные изделия содержат большое количество витаминов, минеральных и питательных веществ (белки, жиры, углеводы).

ОЛАДЬИ

«КОМАНДОР»

Требуется: 300 г печени, луковица, 1/3 стакана манной крупы, 1 яйцо, 1 лимон, 2 ст. л. растительного масла, соль, перец.

Способ приготовления. Луковицу очистите и мелко порежьте. На растительном масле обжарьте его до золотистого цвета. Сварите на воде негустую манную кашу.

Печень очистите от пленок, пропустите ее и поджаренный лук через мясорубку. В фарш разбейте сырое яйцо, положите манную кашу. Лимон очистите и выдавите из него сок. Добавьте сок лимона в фарш и посолите по вкусу, добавьте перец черный или красный, на ваше усмотрение.

Тщательно перемешайте полученную массу и сформируйте фарш в шарики одинаковой величины. Обжарьте оладьи на растительном масле.

ГЛАВА V
НАПИТКИ

1. ЧАЙ

«РАРИТЕТ»

Требуется: 2 ст. л. крупнолистового чая, 1 лимон, 2 ч. л. коньяка, лед, вода, мед.

Способ приготовления. Очистите лимон от кожуры. Просушите ее в теплой духовке. После этого протрите лимонную цедру через мелкую терку.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО…

В чае содержится около 2–3 % кофеина, который оказывает тонизирующее и слегка возбуждающее действие на работу сердечно-сосудистой и нервной систем. В чае есть эфирные масла и ряд других химических веществ.

Доведите до кипения воду и обварите кипятком заварочный чайник. Засыпьте в приготовленную посуду чайные листья и измельченную кожицу лимона. Залейте содержимое чайника кипятком. Пусть чай постоит немного, и через 3 минуты разлейте его в чашки.

Из лимона выжмите сок и смешайте его с коньяком. Добавьте в получившийся коктейль кубики льда и разлейте его в чашки с чаем. Добавьте в чай мед по вкусу и подавайте к столу.

«ЗАРЯ»

Требуется: 2 ст. л. зеленого чая, лимон, 10 г листьев вишни, 1 л воды, сахар.

Способ приготовления. Молодые листья вишни промойте холодной водой, просушите в темном теплом месте, измельчите.

Вскипятите воду. Приготовьте заварочный чайник, обдайте кипятком и засыпьте в него вишневые листья и чай. Чай должен настояться 5 минут, для этого накройте заварочный чайник крышкой и поставьте в теплое место.

Лимон очистите от кожуры и выдавите из него сок, влейте его в чай перед употреблением. В последнюю очередь добавьте сахар по вкусу.

«ВИОЛА»

Требуется: 100 г черной смородины, 20 г листьев смородины, 1 л воды, сахар.

Способ приготовления. Промойте ягоды и листья смородины холодной водой, просушите их в теплой духовке. Листья измельчите.

Вскипятите воду и приготовьте заварочный чайник. Засыпьте в посуду ягоды и измельченные листья. Залейте содержимое кипятком и дайте настояться 10 минут. В чай из смородины добавьте сахар по вкусу. Пейте как горячим, так и охлажденным.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Известно, что самые знаменитые красавицы мира для поддержания своего здоровья и красоты каждое утро ели салат из экзотических фруктов. Во все времена было известно необыкновенной пользе тропических плодов.

Между прочим, если вы употребляете фруктовый салат из-за необходимости не только поддержать здоровье, но и похудеть, заправляйте его лучше лимонном соком, так как он стимулирует выработку желудочного сока и тем самым улучшает обмен веществ.

«ПЕСНЯ СОЛОВЬЯ»

Требуется: 20 г мяты, лимон, 0,5 ст. л. гранулированного чая, мед, 1 л воды.

Способ приготовления. Листья мяты измельчите. Вскипятите воду и приготовьте специальную посуду для заваривания. Желательно, чтобы она была керамическая. В этом случае аромат чая будет чистым и приятным. Засыпьте туда измельченную мяту и чайные гранулы.

Залейте чай кипятком и дайте настояться. Через 5 минут он достаточно пропитается ароматом и вкусовыми свойствами мяты. В этот бодрящий и освежающий чай добавьте по вкусу мед, он усилит лечебное свойство мятного чая.

«ЦВЕТОК ДУШИСТЫХ ПРЕРИЙ»

Требуется: 50 г лепестков розы, 2 ст. л. цвета шиповника, 1 ч. л. ванили, сахар, 1 л воды.

Способ приготовления. Заварите этот великолепный

цветочный чай в керамической посуде. Вскипятите воду и обдайте кипятком посуду. Промойте холодной водой лепестки розы и шиповника, затем слегка подсушите. Засыпьте их в заварочный чайник и залейте кипящей водой. Настаивайте 10–15 минут, после чего можете пить. Добавьте в чай сахар, предварительно смешанный с ванилью. Розовый чай можно пить холодным, он обладает жаждоутоляющим и тонизирующим свойствами.

«ЛИМОНЧИКИ»

Требуется: 2 ст. л. гранулированного чая, 2 ч. л. ликера, 1 л воды, мед, лимон.

Способ приготовления. Нагрейте заварочный чайник и сполосните его кипятком. Засыпьте в него чайные гранулы и залейте кипятком «с огня» на 2/3 объема. Настаивайте 10 минут. После это долейте в чайник кипятка и добавьте в напиток ликер.

Лучше используйте апельсиновый или вишневый ликер. Разлейте чай в чашки и подайте к столу вместе с лимоном, предварительно почищенным и нарезанным на тонкие кружочки. В чай добавьте по вкусу мед. Он усилит терпкость крепкого утреннего напитка.

2. КОФЕ

«АРИВЕДЕРЧИ»

Требуется: 1–2 ч. л. растворимого кофе, 300 г крутого кипятка, 2 ч. л. коньяка, 2–3 ч. л. русской водки, 1–2 ягоды вишни, лавровый лист.

Способ приготовления. Насыпьте в чашку с кипятком ложку растворимого кофе, лучше «нескафе-классик». Добавьте (если, конечно, имеется) коньяк и обыкновенную русскую водку. В полученную смесь положите ягодки замороженной вишни (сорт «жуковка»), это даст приятный аромат и изысканный вкус. И последний штрих к напитку: на несколько секунд опустите лавровый лист. Затем выньте его и пейте.

«ТРОПИЧЕСКИЙ»

Требуется: 1 ч. л. растворимого кофе, 100 г мяты для отвара, 2 ч. л. сока лимона, апельсина, ананаса, клубники.

Для украшения: по 2 кружочка киви, дольки ананаса, 4 ч. л. гоголя-моголя, 3 ягоды клубнки, сахарная пудра.

Способ приготовления. Кофе залейте предварительно вскипяченным мятным отваром. Далее влейте сок фруктов: лимона, апельсина, ананаса, клубники. Температура у напитка не должна превышать 30–40 °С. Затем возьмите спелый плод киви, очистите его, разрежьте на кружочки. Один кружочек пустите на поверхность напитка, на него положите 1 ч. л. взбитых сливок или 2 ч. л. гоголя-моголя. Эту горку украсьте клубничкой или кусочком ананаса. Для красоты можете в напиток погрузить соломку, украшенную фруктами в таком порядке (снизу): долька ананаса, вишенка, кусочек киви, ананас, киви, гоголь-моголь и клубничка наверху. Все это посыпьте сахарной пудрой.

«ПРОХЛАДА»

Требуется: 2 ч. л. растворимого кофе, 30 г сахара, 1 ч. л. сливок, 100 г сосновой хвои, сок и цедра лимона.

Способ приготовления. Заварите кофе. Тщательно промойте иглы хвои и измельчите их. Опустите в кипящую воду, положите

сахар и измельченную цедру. Варите около часа. Процедите через мелкое ситечко и охладите. Через несколько минут влейте лимонный сок. Готовый отвар добавьте в кофе.

МЕЖДУ ПРОЧИМ...

Бананы в некоторых странах относятся к экзотическим фруктам, а вот те, кто проживает в местах их произрастания, так не считает. Экзотическим они считают только некоторые блюда, которые можно из них приготовить. Так, например, индийские гурманы, весьма насытившись бананами, сегодня предпочитают употреблять их в совершенно необычном виде: они варят компот из банановых цветов.

«СВЕЖЕСТЬ»

Требуется: несколько зерен кофе, 1 ч. л. сахара, 3 желтка, 2 ст. л. сахара, 5 ст. л. коньяка и рома, пакетик желатина, 2–3 белка, 4 ст. л. взбитых сливок, порубленный миндаль.

Способ приготовления. Желтки разотрите с сахаром и влейте ром. Желатин распустите в воде и присоедините к желтковой массе для загустения. Подмешайте взбитые белки, сливки и молотый миндаль. Сварите напиток из молотого кофе. Налейте в чашку и украсьте помадкой. К кофе подайте песочные печенья.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...

Витамин Е, содержащийся в большом количестве в бананах, стимулирует половую активность у мужчин. А некоторые ученые утверждают, что от употребления бананов люди становятся добрее.

Существует забавный анекдот по этому поводу:

Вопрос: чем отличается мужчина от орангутанга?

Ответ: один волосатый, все время чешется, от него воняет потом и любит бананы, а второй орангутанг!

«ДАНИЭЛА»

Требуется: 6 зерен натурального кофе, 70 г крутого кипятка, 4 ст. л. взбитых сливок, 3 ст. л. тертого кокоса, 1 кусочек шоколада.

Способ приготовления. Кофе в зернах смелите и сварите в кофейнике. В подогретую чашку налейте горячий кофе и сверху украсьте взбитыми с тертым кокосом сливками, подкрасьте

размягченным шоколадом, выдавленным в форме розочек.

3. КОМПОТЫ

«ВОСТОРГ»

Требуется: 2 апельсина, 1 лимон, 1 большая морковка, 1 стакан персикового сока.

Способ приготовления. Выжмите сок из апельсинов, натрите морковь на мелкой терке и добавьте ее в апельсиновый сок. Выжмите сок из половинки лимона, смешайте его с персиковым и вылейте полученную смесь в другую. Все хорошо взболтайте.

«ЭКСПРЕСС»

Требуется: 3 небольших лимона, бутылка «Нарзана», бутылка «Фанты» или «Пепси», кубики льда, 1 ст. л. меда.

Способ приготовления. Выжмите сок из лимона и смешайте его с минеральной или газированной водой, добавьте немного меда. Хорошо взбейте коктейль миксером и разлейте полученный напиток в стаканы. Наденьте на стаканы кружочки лимона и бросьте в них кусочки льда, не забудьте воткнуть в них соломинку.

«ГЕЛЕНДЖИК»

Требуется: 1 л молока, горсть абрикосов, по 2 киви и больших персика, 1 стакан черной смородины.

Способ приготовления. Разрежьте абрикосы, персики на дольки, а киви – на кружочки. Смородину очистите от веточек и листьев, взбейте миксером, добавьте молоко и опять взбейте. Хорошо помните другие фрукты, добавьте в них молоко и взбейте миксером. Разлейте отдельно смородиновый и фруктовый напитки и можете пить по очереди.

«ЯГОДНАЯ ПОЛЯНА»

Требуется: красная и черная смородина, малина, вишня, сахар (на 1 кг ягоды – 500 г сахара и 3–4 л воды).

Способ приготовления. Хорошо промойте все ягоды и

поставьте кипятить на 30 минут. В конце добавьте сахар и поставьте охлаждаться.

«КИСЕЛЬНЫЕ БЕРЕГА»

Требуется: 3 стакана молока, 2 ст. л. сахара, 1 ст. л. крахмала.

Способ приготовления. Вскипятите половину молока и добавьте в него прижженый сахар. В остальном молоке размешайте крахмал и постепенно влейте его в горячее молоко с сахаром и доведите до кипения.

«ФАНТАСТИКА»

Требуется: апельсин, мандарин, лимон, грейпфрут.

Способ приготовления. Выжмите сок из этих фруктов или разделите очищенные плоды на дольки, выньте из них зернышки и отожмите сок через чистую марлю, добавьте по вкусу сахарный сироп.

«ВОЗВРАЩЕНИЕ В ЭДЕМ»

Требуется: 400 г ягод клубники, 1,5 стакана сахара, 5 стаканов молока, мед.

Способ приготовления. Ягоды очистите от плодоножек, помойте, мелко нарежьте и засыпьте сахаром. Оставьте на полчаса, затем залейте молоком. Хорошо размешайте и полейте небольшим количеством жидкого меда.

«МЕДОВЫЙ»

Требуется: 6 ст. л. меда, 8 ст. л. сока красной смородины, свежие ягоды или варенье, 1 л свежего молока.

Способ приготовления. Взбейте мед с соком и влейте холодное молоко, сильно взбивая. Добавьте в коктейль несколько ягодок, например малины или клубники. Из варенья тоже можно положить ягоды, только дайте стечь сиропу.

«ЭКЗОТИКА»

Требуется: 1 л свежего молока, 300 г мороженого, 10 ст. л. вишневого сиропа, киви.

Способ приготовления. Сироп, молоко и мороженое хорошо взбейте и разлейте в бокалы. На края бокалов насадите долечки киви.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Какой же гурман не любит сочетать экзотические блюда с такими же экзотическими напитками? Но гурманы не только ценят вкусовые качества этих напитков, но и умеют их красиво и необычно разливать в бокалы. Самым экзотическим способом разливать шампанское считается способ, называемый «каскадом». Этот каскад выстраивается из обычных бокалов, стоящих один над другим, и наполняются они, начиная с верхнего уровня. Самый высоким считается каскад, составленный из 23 642 бокалов, высота его равнялась 7,85 м, что составило 47 уровней. Это сооружение экспонировалось в «Сизар Пэлас» в Лас-Вегасе, штат Невада, с 19 по 23 июля 1993 года.

«МАНДАРИНОВЫЙ»

Требуется: 400 г яблок, 8 мандаринов, 1,5 стакана сахара, 5 стаканов воды, свежая курага.

Способ приготовления. Нарежьте яблоки, очистите мандарины. Залейте фрукты и кожуру мандаринов водой и варите 10–15 минут. Затем процедите напиток и положите сахар. Доведите до кипения, чтобы сахар растворился. Охладите, разлейте в бокалы и положите в каждую порцию по нескольку мелких кусочков мягкой кураги.

4. СИРОПЫ

«ЗАРНИЦА»

Требуется: 1 кг ягод малины, 1,3 кг сахарного песка, 5 г лимонной (винной) кислоты.

Способ приготовления. Тщательно переберите ягоды, удаляя плодоножки и листья. Ягоды должны быть зрелыми (возможно, даже перезрелыми). В керамической или эмалированной миске деревянным пестиком (ложкой) подавите малину. Приготовленную малиновую массу отставьте на 1–2 часа.

Сок, который выделится из ягоды, очистите от мякоти и косточек, а оставшуюся пюреобразную массу поместите в марлевый мешочек (лучше – из нескольких слоев марли) и отожмите сок вручную или на прессе. Полученный сок профильтруйте через марлю или ткань. Добавьте сахарный песок. Сок вылейте в эмалированную посуду, нагрейте, засыпав сахар.

Варите сироп на слабом огне до полного растворения сахара, периодически помешивая его деревянной ложкой или лопаткой. Прокипятите 3–5 минут. Образовавшуюся на поверхности пленку не снимайте, а просто разбейте шумовкой. Пену удалите только в самом конце варки. После пятиминутного кипячения добавьте в сироп винную или лимонную кислоту, продолжите варку еще несколько минут. Горячий сироп еще раз процедите через марлю, охладите и разлейте в чистые сухие бутылки.

«ЧЕРНИЧКА»

Требуется: 1,5 кг черники, 2,5 кг сахарного песка, 5 г винной кислоты.

Способ приготовления. Переберите зрелые ягоды черники, раздавите их, отставьте на 1–2 часа. Массу отожмите и процедите сок. Вылейте его в эмалированный таз или кастрюлю, нагрейте и добавьте в него сахар. Пока сахар не растворится, сок варите на медленном огне и постоянно помешивайте его деревянной ложкой. После этого доведите сироп до кипения и прокипятите его от 3 до 5 минут. Пену, образовавшуюся на поверхности сока к концу варки, снимите шумовкой. После 3-минутного кипячения добавьте лимонную кислоту. Готовый сироп перелейте в банки, закатайте их и дайте медленно остыть под одеялом или плотной

тканью.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Самыми любимыми напитками жителей и гурманов острова Неаполитанского залива Искья являются лимонный ликер «Лимончелло» и вино «Фрассителли», так как они имеют особый вкус. Причина этого «особого вкуса» заключается в том, что виноград и цитрусовые, из которых они изготавливаются, произрастают на почве вулканического происхождения.

«МИРНЫЙ»

Требуется: 1 кг кизила, 1 л воды, 2 кг сахара, 4–5 г винной кислоты.

Способ приготовления. Вполне созревшие, сочные плоды кизила промойте проточной водой, поместите в эмалированную посуду, залейте водой и варите до размягчения и растрескивания плодов. Затем слейте жидкость, процедите ее и смешайте с сахаром. Варите сироп 5–6 минут. В конце варки добавьте винную кислоту. Горячий сироп процедите через несколько слоев марли, охладите и разлейте в сухие бутылки из темного стекла. Сохраняйте сироп в сухом прохладном помещении.

«КРАСНОДАРСКИЙ»

Требуется: 700 г черешни, 650 г сахара, 5–6 г лимонной кислоты.

Способ приготовления. Переберите ягоды, удаляя недозрелые, поврежденные, высохшие, покрытые пятнами плоды, непригодные для переработки. Плодоножки отделите, еще раз промойте ягоды проточной водой и раздавите пестиком в эмалированной посуде, удалив заранее косточки. Не берите алюминиевую емкость (происходит окислительная реакция при взаимодействии сока с металлом). Сок процедите через марлю и используйте для приготовления сиропа.

В эмалированной кастрюле или тазике нагрейте сок и добавьте в него необходимое количество сахара. Сироп варите на слабом огне до полного растворения сахара при постоянном помешивании деревянной ложкой. Прокипятите его 3–5 минут. Первую пену просто размешайте ложкой, а вторую, погуще, образовавшуюся к самому концу варки, снимите шумовкой.

«КАПРИЗ»

Требуется: 1 кг айвы, 1 л воды, 2 кг сахара, 5 г лимонной кислоты.

Способ приготовления. Хорошо промытую айву нарежьте дольками вместе с семенами и кожурой. Положите айву в эмалированную посуду, залейте водой и варите на слабом огне до полного ее размягчения, кастрюлю лучше закройте крышкой. Готовую пюреобразную массу процедите через два слоя марли, не выдавливая.

Сок смешайте с необходимым количеством сахара и варите на слабом огне при легком кипении до полной готовности. Процедите сироп через марлю, добавьте в него лимонную кислоту в указанной пропорции, дайте прокипеть 3–5 минут, затем остудите, разлейте в стерильные банки и закройте крышками.

5. АЛКОГОЛЬНЫЕ КОКТЕЙЛИ

«ЛАВИНА»

Требуется: 2 яичных желтка, 1 ч. л. сахарной пудры, 4 ст. л. шоколадного ликера, 2 ст. л. лимонного сока, 200 г шампанского, кубики льда.

Способ приготовления. Желтки разотрите с сахарной пудрой, разделите на две части и разлейте в два фужера, в каждый из них влейте по 2 ст. л. шоколадного ликера, по 1 ст. л. лимонного сока, залейте шампанским, быстро перемешайте соломинкой, добавьте лед и сразу же подавайте.

ИЗ ИСТОРИИ КУЛИНАРИИ

В России девушки издавна использовали пиво в приворотных целях, веря, что если три раза нашептать на него свое имя и дать парню выпить, он непременно влюбится. Для защиты от порчи и других напастей деревенские знахарки в некоторых областях готовили специальный напиток «Пчелиное молоко». На литр пива добавляли 1 ст. л. меда, затем тщательно размешивали и переливали в пустую бутылку, непременно обернутую фольгой, и ставили на 3 дня в холодное и темное место. Через 3 суток напиток готов.

Легендарный чародей граф Калиостро считал, что «пиво превращается внутри человека в кровь...»

«КРАСНЫЙ ВОСТОК»

Требуется: 100 г томатного сока, 1/2 лимона, 1 желток, 100 г водки, соль, молотый перец.

Способ приготовления. Из половинки лимона приготовьте сок. В шейкере или миксере смешайте томатный и лимонный соки, желток с солью и перцем, разлейте в два небольших бокала, затем осторожно по ножу влейте водку.

«КУБИНСКИЙ»

Требуется: 150 г мартини, 200 г апельсинового сока, 100 г

газированной минеральной воды, кубики льда.

Способ приготовления. Мартини смешайте с соком, разлейте в два бокала, залейте газированной водой, добавьте кубики льда.

«ИЗВЕРЖЕНИЕ»

Требуется: 200 г крепленого белого вина, 100 г лимонного сока, 200 г газированной воды.

Способ приготовления. Все компоненты разделите на две части и смешайте прямо в бокалах, наливая сначала вино, затем лимонный сок и газированную воду.

«МИРАЖ»

Требуется: по 40 г кофейного и вишневого ликеров, 200 г апельсинового сока.

Способ приготовления. Разделите компоненты на две части, налейте в маленькие бокалы ликеры, залейте апельсиновым соком.

«ШОКОЛАДНЫЙ»

Требуется: 3 стакана молока, 70 г шоколада, 1,5 ст. л. сахара, 3 рюмки шоколадного ликера.

Способ приготовления. Кипяченое молоко подогрейте и растворите в нем сахар и шоколад, охладите. Добавьте ликер и смешайте с помощью миксера. Подавая, положите в стаканы по кубику льда.

«НУВОРИШ»

Требуется: 2 стакана молока, 2 яйца, 4 ст. л. сахара, 2 ст. л. лимонного сока, 1 стакан ананасового сока, 3 рюмки коньяка.

Способ приготовления. В молоко добавьте лимонный сок, коньяк, ананасовый сок и яйца, растертые с сахаром. Все компоненты смешайте миксером.

«АЛИСА»

Требуется: 2 стакана молока, 1 стакан малинового сока, 3

яйца, 1 ст. л. меда, 2 рюмки коньяка.

Способ приготовления. Взбейте с помощью миксера желтки, добавьте мед, малиновый сок, кипяченое молоко. Все компоненты смешайте миксером. Подавая, добавьте по кубику льда.

«НЬЮ-ДЖЕРСИ»

Требуется: 1 ч. л. сахара, 100–120 г молока, яичный желток, 40 г виски, мускатный орех на кончике ножа, 5–6 кубиков льда.

Способ приготовления. Взбейте в густую пену желток, постепенно добавляя сахар. При непрерывном помешивании добавьте молоко, виски и мускатный орех. Перед подачей положите в бокал кубики льда и залейте приготовленной смесью. Украсьте коктейль апельсиновыми дольками или любимыми другими фруктами.

«ПАРАДИЗ»

Требуется: 30 мл шерри-бренди, 20 мл рома, 5 мл апельсинового сока, 5 мл коньяка, 20 мл лимонного сока.

Способ приготовления. В высокую винную рюмку, наполовину наполненную струганым льдом, добавьте, не перемешивая, апельсиновый сок, шерри-бренди, ром, коньяк и лимонный сок. Подавайте на плоском блюдце с соломинками.

А ЗНАЕТЕ ЛИ ВЫ, ЧТО...

Многие гурманы утверждают, что дети гурманами не являются. Опровергли это суждение студенты одного из английских колледжей. В 1996 году они изготовили самое экзотическое блюдо – бисквит с ликером. Этот самый большой «шерри-трифл» весом 3,13 т, на приготовление которого ушло более 90 л шерри, был выпечен студентами колледжа Клерендол 26 сентября в дар своим преподавателям.

«ЯНТАРНЫЙ»

Требуется: 5 мл джина, 20 мл мандаринового ликера, 5 мл коньяка, лимонный сок.

Способ приготовления. В бокал налейте джин, ликер, коньяк, долейте лимонным соком. Подавайте с соломинкой и свежими ягодами клубники.

«ЛЕДИ ГАМИЛЬТОН»

Требуется: 100–150 г водки, 100 г «Лимонной» водки, 120 г «Мятного» ликера, 30 г бальзама, 40 г разных консервированных фруктов, 30 г коньяка, несколько кубиков льда.

Способ приготовления. Все компоненты смешайте в шейкере в течение 4–6 секунд, разлейте в высокие бокалы, добавьте по 3–4 кубика льда и фрукты. Подавайте к этому коктейлю соленые орешки и горячие бутерброды.

6. БЕЗАЛКОГОЛЬНЫЕ КОКТЕЙЛИ

«НЕПРЕДСКАЗУЕМЫЙ»

Требуется: по 1 стакану томатного, яблочного соков и газированной воды, 1 белок, кубики льда.

Способ приготовления. Соки и яичный белок взбейте в миксере, разлейте в два бокала и долейте газированной воды, добавьте кусочки льда.

«ЗИМНИЙ»

Требуется: по 100 г сливочного мороженого и клюквенного морса, по 1 ст. л. клубники и черники.

Способ приготовления. Мороженое взбейте с ягодами миксером, вылейте в фужер и залейте клюквенным морсом.

«НАВАЖДЕНИЕ»

Требуется: по 0,5 ст. л. консервированных ананасов, мандаринов, 150 г сливочного мороженого, по 1 ст. л. вишневого сиропа и варенья из черной смородины.

Способ приготовления. Консервированные ананасы и мандарины положите в бокал, в миксере взбейте мороженое, вишневый сироп и варенье. Залейте этой смесью фрукты в бокале.

«ТЕРМИНАТОР»

Требуется: 2 яйца, 100 г меда, 0,5 л крепкого чая, 0,5 стакана сахара, лимон.

Способ приготовления. Яичные желтки разотрите с медом, разведите крепким чаем и, взбивая на огне, добавьте сок лимона. Остудите, разлейте в высокие бокалы и поставьте в прохладное место. Яичные белки взбейте с сахаром в крепкую пену. Перед подачей в каждый бокал сверху положите взбитые белки и украсьте края лимонным кружком. Подавайте с соломинкой и свежими ягодами клубники.

«ВСТУПЛЕНИЕ»

Требуется: 100–150 г очищенных орехов, 5 яичных желтков, 2 стакана молока, 5 ч. л. какао, 6 ст. л. сахара.

Способ приготовления. Грецкие орехи слегка поджарьте и растолките. Молоко вскипятите с сахаром и какао. Добавьте орехи и варите на медленном огне 30 минут. Затем снимите с огня, остудите. Добавьте яичные желтки и все взбейте венчиком. Разлейте в фужеры. Подавайте с соломинками и рассыпчатыми печеньями.

«МЕКСИКАНСКИЙ»

Требуется: 1 л молока, 0,5 л черного кофе, 7 ст. л. сливочного мороженого.

Способ приготовления. Приготовьте кофе, остудите, процедите. Добавьте молоко и мороженое, взбейте миксером.

«ТЕАТРАЛЬНЫЙ»

Требуется: 4 стакана молока, 4 ст. л. сахара, 4 яйца, 3 ст. л. растворимого кофе.

Способ приготовления. Вскипятите молоко, охладите, добавьте сахар, желтки, кофе. Все смешайте миксером. Подавая, добавьте в стаканы по кубику льда.

МЕЖДУ ПРОЧИМ...

Одним из экзотических напитков является коктейль. Вот уж где воле и фантазии истинных гурманов нет предела. Самый большой коктейль за всю историю человечества был приготовлен 19 октября 1966 года в Австралии, в штате Квинсленд. Его смешала Джуси Дьюс. Этот напиток в объеме составлял 25 963 л, поэтому попробовать его удалось всем желающим, включая истинных любителей и ценителей необычного.

«ПРЕРИЯ»

Требуется: 3 стакана молока, 2/3 стакана черного кофе, 5 ст. л. сахарной пудры, 1 стакан сливок.

Способ приготовления. Вскипятите молоко, охладите. Взбейте

сливки с сахарной пудрой, добавляя кофе. Все компоненты смешайте миксером.

«САВАННА»

Требуется: 4 стакана молока, 10 г ванилина, по 4 ст. л. сахара и какао, 3 яйца.

Способ приготовления. Вскипятите молоко с ванилином. Какао смешайте с сахаром и небольшим количеством молока. Добавьте все в молоко и охладите. Смешайте миксером.

«РИЖСКИЙ»

Требуется: по 0,5 стакана яблочного и апельсинового соков, 1 яйцо, 1 лимон, 3 ст. л. сахара.

Способ приготовления. Сок из лимона выдавите в небольшую, но глубокую посуду. Туда же разбейте яйцо и добавьте сахар. Взбейте полученную смесь миксером до полного растворения сахара. Затем влейте апельсиновый сок, не переставая взбивать коктейль. А в завершение, не спеша, добавьте яблочный сок. Еще раз взбейте коктейль до однородного состояния.

Коктейль охладите и подайте в высоких и тонких стаканах со специальной соломкой. Украсьте стакан сахарным «инеем». Для этого опустите края стакана в апельсиновый сок, а затем в сахар или сахарную пудру. А на стакан можете надеть кружочек лимона, слегка разрезав его по радиусу.

«МЕРИДИАН»

Требуется: 300 г томатного сока, 150 г гранатового сока, 1 яйцо, соль, 50 г минеральной воды.

Способ приготовления. В глубокую посуду вбейте яйцо и влейте небольшое количество томатного сока. Разотрите яйцо в соке до однородной массы. Затем добавьте туда оставшийся томатный и гранатовый соки. Все хорошенько взбейте.

В завершение добавьте в коктейль минеральную воду и посолите по вкусу. Охладите. Края бокала смочите в гранатовом соке и опустите в сахар, так у вас получится «иней». Опустите тонкую соломку в стаканы и подавайте коктейль к ланчу.

«ЮЖНЫЙ»

Требуется: по 500 г сока черной смородины и пастеризованного молока, яйца, 2 ст. л. сахара, 4–5 кубиков льда, 1/2 лимона.

Способ приготовления. Сок и молоко используйте предварительно охлажденные. Смешайте их в глубокой посуде. Яйцо разотрите с сахаром отдельно и разведите небольшим количеством молока. Затем смешайте все компоненты коктейля и взбейте миксером.

Украсьте края стаканов сахарным «инеем», смочив их в соке смородины и опустив в сахар. Лимон порежьте кружками, не очищая от кожуры. Кружки разрежьте по радиусу и наденьте по нескольку кружков на каждый из стаканов. Подавайте коктейль к столу с соломкой и кубиками льда.

7. МОРС

КЛЮКВЕННЫЙ

Требуется: 250 г клюквы, 1 л воды, 150 г сахара.

Способ приготовления. Сделайте из клюквы сок. Клюквенные выжимки залейте водой и проварите пару минут. Затем процедите отвар и добавьте к нему сок и сахар, прогрейте немного и охладите. Подавайте морс с кубиками льда.

ИНТЕРЕСНЫЙ ФАКТ

Гурманы-сладкоежки никогда не пройдут мимо необычных конфет, таких, как, например, самая большая конфета весом 1,85 т. Эта сладость, достойная стать украшением любого пиршества гурманов, была изготовлена из марципана в течение 3 дней в Нидерландах.

БРУСНИЧНЫЙ

Требуется: 0,5 кг брусники, 200 г сахара, 2–3 л воды, щепотка ванили и корицы.

Пропустите бруснику через соковыжималку, слейте сок в отдельную емкость. Брусничный жом положите в кастрюлю, залейте водой и варите около получаса. Процедите и в чистый отвар положите сахар, влейте сок и бросьте ваниль и корицу. Кипятите не более 2 минут. Охладите. Подавайте со льдом.

Аналогичным образом варите морсы из любых фруктов. Можете добавлять в них лимонный сок, цедру цитрусовых и прочие пряности, в зависимости от того, какой морс вам больше нравится, – кисленький или сладкий, с горчинкой или ароматом пряностей или, быть может, с запахом мелиссы, полыни...

8. КВАС

«КЛУБНИЧНЫЙ»

Требуется: 2 кг клубники, 2 стакана воды, 2 ст. л. меда, 8 ч. л. сахара, 2 г лимонной кислоты, 5 г дрожжей, лимон, апельсин.

Способ приготовления. Отделите самые крупные ягоды клубники и пока оставьте их. Остальную клубнику залейте водой, нагрейте до кипения, снимите с огня и выдержите 20 минут. Затем слейте сок, процедите его, добавьте сахар, мед, дрожжи и лимонную кислоту. Снова процедите, разлейте в темные бутылки и в каждую положите 2–3 изюминки. Бутылки плотно закупорьте полиэтиленовыми пробками и вынесите в холодное место. С окрошкой вам придется подождать дней 7.

«ДЕРЕВЕНСКИЙ»

Требуется: 1 буханка ржаного хлеба, 25–30 г дрожжей, 100 г сахара, 50 г изюма, 4–5 л воды, мята (по желанию).

Способ приготовления. Подсушенный и порезанный ломтиками хлеб положите в кастрюлю, залейте кипящей водой и дайте настояться в течение 3–3,5 часа. Процедите, добавьте сахар и дрожжи (а также, если хотите, мяту и несколько изюминок). Отставьте бродить в течение 6–7 часов. Когда квас начнет пениться, процедите его и добавьте сахар по вкусу.

«ФРУКТОВЫЙ»

Требуется: 8—10 кг кисло-сладких яблок, 5 л прохладной кипяченой воды, 3 стакана рябины, лимон или цедра лимона.

Способ приготовления. Не разрезая яблоки, удалите у них сердцевинки и уложите в бочонок. Положите туда же рябину и лимон, залейте водой и поставьте бочонок на холод. Квас будет готов не ранее чем через 2 недели, тогда сливайте его по мере надобности, но сразу доливайте водой, чтобы уровень воды все время был одинаковым. Сахар в квас кладите перед самым употреблением, по вкусу, но никогда не кладите его непосредственно в бочонок, а то квас в бочонке забродит и испортится.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Как видите, в эту небольшую книжечку мы постарались вложить как можно больше рецептов блюд, отвечающих самым разным вкусам. Как видите, в рецептуре представлен широкий спектр продуктов, что отвечает важнейшему требованию, предъявляемому к пище, – разнообразию и насыщенности витаминами и прочими веществами, необходимыми для нормальной жизнедеятельности человека. Кроме того, выдерживается еще один немаловажный фактор – внешний вид пищи, ее количество и качество. Она до приема должна радовать, доставлять удовольствие, возбуждать аппетит.

За всем этим кроется определенный физиологический смысл: чем больше набор и выбор продуктов и блюд, тем полноценнее обеспечение организма необходимыми питательными веществами и ингредиентами. А красивый внешний вид еды способствует ее лучшему усвоению, а значит, поддержанию хорошего здоровья. Единственное условие – не переедайте, руководствуйтесь принципом: «Лучше меньше, да лучше».

Надеемся, что наши рекомендации по технологии приготовления различных блюд расширят ваши возможности и помогут сделать ваш стол по-настоящему обильным в качественном отношении, высококалорийным и хорошо усваивающимся. А значит, и вы не не потеряете здоровья, наоборот, укрепите его. Будьте здоровы!